

ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №18

/Канунникова С.В./

МЕНЮ

" 20 " 05 2024 г.



12-18 лет

1 день

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 22,98 | 4,10 | 6,10 | 10,60 | 114,00 |
| 2011 | 174 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА | 235 | 31,98 | 6,60 | 12,20 | 47,30 | 326,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 9,59 | 2,30 | 2,90 | 22,30 | 125,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,98 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,06 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| Итого | | | | 69,59 | 17,20 | 21,50 | 115,80 | 727,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 25,25 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 14,01 | 2,20 | 5,80 | 13,10 | 116,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 100 | 82,05 | 15,00 | 17,20 | 3,60 | 229,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 24,07 | 3,80 | 6,20 | 25,70 | 174,00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 2,37 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 3,06 | 4,60 | 0,40 | 30,10 | 142,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 3,40 | 4,00 | 0,50 | 25,40 | 122,00 |
| Итого | | | | 154,21 | 30,70 | 30,30 | 111,40 | 846,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 55 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ | 140 | 53,20 | 24,40 | 15,40 | 58,20 | 472,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 6,40 | 1,50 | 2,00 | 14,90 | 83,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,98 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| Итого | | | | 61,58 | 26,30 | 17,40 | 83,60 | 599,00 |
| Всего | | | | 285,38 | 74,20 | 69,20 | 310,80 | 2 172,00 |

Повар Папина Н.С. (Папина Н.С.)