

ИП Пономаренко Р.А.



Утверждаю

Директор школы №20

Летина С.Е.



# МЕНЮ

" " \_\_\_\_\_ 2024 г.

7-11 лет

## 10 день

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карт ы | Наименование блюда                            | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|----------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|                    |                |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г  |                                |
| <b>Завтрак</b>     |                |   |       |               |                   |              |               |                                |
| 2011               | 52             | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ                      | 100   | 15,80         | 1,40              | 6,10         | 8,30          | 93,00                          |
| 2011               | 291            | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                 | 170   | 67,50         | 14,40             | 8,90         | 30,40         | 260,00                         |
| 2021               | 11             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                    | 200   | 11,29         | 3,40              | 2,40         | 17,50         | 106,00                         |
| 2008               |                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 20    | 1,22          | 1,50              | 0,10         | 10,00         | 47,00                          |
| 2008               |                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 20    | 1,36          | 1,30              | 0,20         | 8,50          | 41,00                          |
| <b>Итого</b>       |                |   |       | <b>97,17</b>  | <b>22,00</b>      | <b>17,70</b> | <b>74,70</b>  | <b>547,00</b>                  |
| <b>Обед</b>        |                |   |       |               |                   |              |               |                                |
| 2011               | 71             | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 9,09          | 0,70              | 0,10         | 2,30          | 14,00                          |
| 2011               | 103            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ      | 250   | 11,78         | 2,80              | 2,90         | 20,20         | 118,00                         |
| 2011               | 271            | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)    | 95    | 70,77         | 11,70             | 21,50        | 8,60          | 275,00                         |
| 2011               | 171.1          | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ                    | 150   | 13,60         | 8,20              | 9,70         | 37,00         | 268,00                         |
| 2011               | 389            | СОК ФРУКТОВЫЙ                                 | 200   | 28,80         | 1,00              | 0,20         | 19,60         | 83,00                          |
| 2008               |                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40    | 2,45          | 3,10              | 0,30         | 20,10         | 95,00                          |
| 2008               |                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 20    | 1,36          | 1,30              | 0,20         | 8,50          | 41,00                          |
| <b>Итого</b>       |                |   |       | <b>137,85</b> | <b>28,80</b>      | <b>34,90</b> | <b>116,30</b> | <b>894,00</b>                  |
| <b>Полдник</b>     |                |   |       |               |                   |              |               |                                |
| 2023               | 101            | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ           | 100   | 22,72         | 14,20             | 9,50         | 32,30         | 274,00                         |
| 2021               | 8              | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200   | 1,37          | 0,20              | 0,00         | 10,10         | 41,00                          |
| 2011               | 338            | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)                         | 100   | 41,67         | 0,40              | 0,30         | 10,30         | 47,00                          |
| <b>Итого</b>       |                |   |       | <b>65,76</b>  | <b>14,80</b>      | <b>9,80</b>  | <b>52,70</b>  | <b>362,00</b>                  |
| <b>Всего</b>       |                |   |       | <b>300,78</b> | <b>65,60</b>      | <b>62,40</b> | <b>243,70</b> | <b>1 803,00</b>                |

Повар

*Коп*

(Королева Е.Л.)