ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №20

Э.Е.Летина

МЕНЮ

"_____"_____2024 г.

12-18 лет

9 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	28,89	0,80	0,10	2,50	14,00
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	107,07	12,50	18,10	9,90	252,00
2023	51	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	18,53	7,60	9,50	44,40	293,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,20	19,60	83,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,98	2,30	0,20	15,10	71,00
Итого				**182,87**	**24,20**	**28,10**	**91,50**	**713,00**
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	15,16	1,10	0,20	3,80	24,00
2022	4	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	13,02	3,00	2,80	24,10	137,00
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	59,30	17,20	22,20	18,80	344,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	22,08	5,60	5,00	9,00	113,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	65	3,58	5,00	0,40	32,60	154,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,67	4,00	0,50	25,40	122,00
Итого				**116,81**	**35,90**	**31,10**	**113,70**	**894,00**
Полдник								
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	28,58	6,40	9,60	16,60	179,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	31,20	5,60	4,90	9,30	105,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	27,77	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого				**87,55**	**12,90**	**14,70**	**34,00**	**327,00**
Всего				**387,23**	**73,00**	**73,90**	**239,20**	**1 934,00**

Повар Е.Л.Королева