Утверждаю

ИП Пономаренко Р.А.

Директор школы №42

/Э.В.Драй/

МЕНЮ

"26" октября 2023 г.

12-18 лет

4 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	11,82	0,80	0,10	2,50	14,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (100/20)	120	65,43	22,70	7,10	2,20	164,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,18	3,80	6,20	25,70	174,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,00	0,20	19,60	83,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,06	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,36	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого				**135,65**	**33,40**	**14,10**	**83,60**	**594,00**
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	11,95	1,90	8,90	7,70	91,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	3,13	2,90	5,70	14,30	120,00
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	66,30	23,20	23,40	0,40	305,00
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331	30	2,05	0,60	1,10	2,40	25,00
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	15,29	9,80	11,70	44,30	321,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,40	0,00	10,50	44,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,06	4,60	0,40	30,10	142,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,26	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				**105,90**	**46,10**	**51,60**	**126,70**	**1 130,00**
Полдник								
2023	101	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЫЕ С ТВОРОГОМ	140	21,73	19,80	13,40	45,00	382,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,40	0,00	10,50	44,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	30,24	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого				**53,83**	**21,10**	**13,60**	**63,60**	**469,00**
Всего				**295,38**	**100,60**	**79,30**	**273,90**	**2 193,00**

Повар _____ (Т.Д.Нелень)