



Директор МБОУ ООШ № 38

/И.А. Сумина

**МЕНЮ**

" 14 " 09 2023 г.

**12-18 лет****4 день**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	0,80	0,10	2,50	14,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (100/20)	120	22,70	7,10	2,20	164,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,80	6,20	25,70	174,00
2011	389	СОК ОВОЩНОЙ (ТОМАТНЫЙ)	200	1,90	0,20	5,60	35,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,40	21,20	102,00
<b>Итого</b>				<b>32,50</b>	<b>14,00</b>	<b>57,20</b>	<b>489,00</b>
Цена за единицу услуги "завтрак" - 100,00 руб.							
<b>Обед</b>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	91,00
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	1,70	5,00	5,10	73,00
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	23,20	23,40	0,50	305,00
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331	30	0,30	1,10	0,80	18,00
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,80	11,70	44,30	321,00
2021	8/1	ЧАЙ	200	0,40	0,00	0,80	5,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,60	0,90	42,40	204,00
<b>Итого</b>				<b>43,90</b>	<b>51,00</b>	<b>101,60</b>	<b>1 017,00</b>
Цена за единицу услуги "обед" - 120,00 руб.							
<b>Всего</b>				<b>76,40</b>	<b>65,00</b>	<b>158,80</b>	<b>1 506,00</b>

Повар

Ростомян Н.Р.