



Утверждаю

Директор МБОУ ООШ № 38

И.А. Сумина

МЕНЮ

" 4 " октября 2023 г.

7-11 лет

8 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,10	6,10	10,60	114,00
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	200	5,70	10,60	32,00	247,00
2008		ПРЯНИКИ	40	2,40	1,90	30,00	146,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,20	12,60	59,00
Итого				14,30	18,80	95,30	607,00
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
Обед							
2023	103	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	5,30	76,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,70	5,40	18,90	147,00
2005	240	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	12,80	5,90	8,70	140,00
2011	145	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	3,30	10,60	22,90	205,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,90	113,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				29,30	27,70	121,50	860,00
Цена за единицу услуги "обед" - 115,00 руб.							
Полдник							
2023	63	СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ	70	3,70	10,20	19,00	207,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	5,00	4,50	8,10	102,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)	100	0,60	0,60	15,40	72,00
Итого				9,30	15,30	42,50	381,00
Цена за единицу услуги "полдник" - 75,00 руб.							
Всего				52,90	61,80	259,30	1 848,00

Повар

Eij

Ростомян Н.Р.

**МЕНЮ**" 4 " *сентября* 2023 г.**12-18 лет****8 день**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,10	6,10	10,60	114,00
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	250	7,10	13,20	40,00	308,00
2008		ПРЯНИКИ	40	2,40	1,90	30,00	146,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,40	0,00	10,50	44,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,30	20,10	95,00
Итого				17,10	21,50	111,20	707,00
Цена за единицу услуги "завтрак" - 100,00 руб.							
Обед							
2023	103	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	5,30	76,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,70	5,40	18,90	147,00
2005	240	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	14,10	6,10	9,50	150,00
2011	145	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	180	3,90	12,70	27,50	246,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,90	113,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,60	0,40	30,10	142,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,00
Итого				34,00	30,30	144,60	996,00
Цена за единицу услуги "обед" - 120,00 руб.							
Полдник							
2023	63	СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ	70	3,70	10,20	19,00	207,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	5,60	5,00	9,00	113,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)	100	0,60	0,60	15,40	72,00
Итого				9,90	15,80	43,40	392,00
Цена за единицу услуги "полдник" - 77,90 руб.							
Всего				61,00	67,60	299,20	2 095,00

Повар

Евгений

Ростомян Н.Р.