

## МЕНЮ

" 10 " 10 2023 г.

12-18 лет

## 2 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	11,95	1,90	8,90	7,70	91,00
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	73,18	12,90	23,30	9,50	299,00
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	16,81	9,80	11,70	44,30	321,00
2011	389	СОК ОВОЩНОЙ (ТОМАТНЫЙ)	200	28,80	1,90	0,20	5,60	35,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,94	3,30	0,40	21,20	102,00
<b>Итого</b>				<b>133,68</b>	<b>29,80</b>	<b>44,50</b>	<b>88,30</b>	<b>848,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	15,27	1,40	6,10	8,30	93,00
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	17,10	3,60	2,90	19,20	117,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	69,84	20,70	26,60	36,20	468,00
2021	8/1	ЧАЙ	200	0,96	0,40	0,00	0,80	5,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	15,33	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	5,39	6,60	0,90	42,40	204,00
<b>Итого</b>				<b>123,89</b>	<b>33,10</b>	<b>36,90</b>	<b>116,70</b>	<b>934,00</b>
<b>Всего</b>				<b>257,57</b>	<b>62,90</b>	<b>81,40</b>	<b>205,00</b>	<b>1 782,00</b>

Повар



Ростоман Н.Р.