



Директор МБОУ ООШ № 38

/И.А. Сумина

МЕНЮ

" 25 " 10 2023 г.

12-18 лет**3 день**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2005	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	64,00	36,40	25,00	18,90	457,00
2021	12/1	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,35	4,50	3,50	5,40	73,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	15,33	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,94	3,30	0,40	21,20	102,00
Итого				92,62	44,60	29,30	55,30	679,00
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	11,82	0,80	0,10	2,50	14,00
2022	4	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	11,04	2,80	2,90	23,90	133,00
2023	83	БЕФСТРОГАНОВ	100	33,47	11,90	35,70	2,70	390,00
2011	171 4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	180	17,48	7,60	10,80	46,20	312,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,52	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	5,39	6,60	0,90	42,40	204,00
Итого				81,72	29,70	50,40	117,70	1 053,00
Всего				174,34	74,30	79,70	173,00	1 732,00

Повар Е.И. Ростомян Н.Р.