

ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор МБОУ ООШ № 38

МБОУ
ООШ № 38
И.А. Сумина

МЕНЮ

" 19 " 12 2023 г.

12-18 лет

7 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 | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 11,82 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 14,00 |
| 2011 | 297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 59,88 | 14,70 | 17,90 | 7,70 | 250,00 |
| 2011 | 171.1 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | 180 | 18,55 | 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 | 60 | 3,96 | 4,00 | 0,50 | 25,40 | 122,00 |
| Итого | | | | 123,01 | 31,20 | 30,40 | 85,50 | 742,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 11,11 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 250 | 17,95 | 3,60 | 2,90 | 19,20 | 117,00 |
| 2011 | 270 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 71,14 | 12,50 | 18,10 | 9,90 | 252,00 |
| 2011 | 171.4 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ | 180 | 18,86 | 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 | 90 | 5,94 | 6,00 | 0,80 | 38,20 | 184,00 |
| Итого | | | | 127,52 | 30,80 | 32,80 | 117,30 | 889,00 |
| Всего | | | | 250,53 | 62,00 | 63,20 | 202,80 | 1 631,00 |

Повар  Ростомян Н.Р.