ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор МБОУ ООШ № 38

_____ / И. А. Сумина

МЕНЮ

"10" января 2024 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	66,93	36,40	25,00	18,90	457,00
2021	12/1	КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,32	4,50	3,50	5,40	73,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	12,56	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	3,30	0,40	21,20	102,00
Итого				**97,11**	**44,60**	**29,30**	**55,30**	**679,00**
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	22,22	0,80	0,10	2,50	14,00
2022	4	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	14,01	2,80	2,90	23,90	133,00
2023	83	БЕФСТРОГАНОВ	100	33,08	11,90	35,70	2,70	390,00
2011	171.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	180	19,69	7,60	10,80	46,20	312,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,55	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,05	6,60	0,90	42,40	204,00
Итого				**97,60**	**29,70**	**50,40**	**117,70**	**1 053,00**
Всего				**194,71**	**74,30**	**79,70**	**173,00**	**1 732,00**

Повар _____ Н. В. Акопян