

**МЕНЮ**

" 29 " 01 _____ 2024 г.

12-18 лет**6 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	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ	250	28,62	8,10	13,10	39,70	310,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	13,50	5,00	4,50	0,30	61,00
2021	8/1	ЧАЙ	200	0,99	0,40	0,00	0,80	5,00
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				58,97	17,20	18,40	71,80	525,00
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	22,22	0,80	0,10	2,50	14,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,43	2,20	5,80	10,70	106,00
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	120,09	21,90	24,30	23,30	400,00
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				164,34	31,50	31,10	78,90	724,00
Всего				223,31	48,70	49,50	150,70	1 249,00

Повар _____  Н.В. Акопян