

МЕНЮ" 21 " Июня 2023 г.**7-11 лет****14 день**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	170	20,8	18,7	16,6	317
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,8	3,3	21,5	127
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
2023	67	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,7	1,3	12,4	67
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,1	0,5	40,1	190
Итого				36,3	28,3	90,9	762
Обед							
2011	29	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	80	0,9	4,8	3,1	61
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	2	5	6,8	81
2011	226	РЫБА ОТВАРНАЯ	120	21	9,9	1,1	177
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	5,8	24,5	164
2022	55	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,2	37
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	110	1	0,2	8,9	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого				33,5	26,3	85,7	720
Всего				69,8	54,6	176,6	1482

Стоимость продуктового набора 161,36 Р

Стоимость услуги 35,88 Р

Повар

Е.И.Р.

Ростомян Н.Р.

ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор МБОУ ООШ № 38

И.А. Сумина



МЕНЮ

" 21 " июня 2023 г.

12-18 лет

14 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	210	25,7	23,1	20,5	391
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,9	3,4	22,2	131
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
2023	67/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,8	1,3	12,6	69
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,3	0,4	35,1	166
Итого				40,6	32,7	90,7	818
Обед							
2011	29	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	1,1	6,1	3,9	76
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	2	5	6,8	81
2011	226	РЫБА ОТВАРНАЯ	120	21	9,9	1,1	177
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	5,8	24,5	164
2022	55/2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			14,1	56
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	110	1	0,2	8,9	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,6	0,4	30,1	142
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,6	29,7	143
Итого				38	28	119,1	886
Всего				78,6	60,7	209,8	1704

Стоимость продуктового набора 177,82 Р

Стоимость услуги 42,35 Р

Повар

Ростомян Н.Р.