

МЕНЮ

" 3 " октября 2024 г.

7-11 лет



4 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)	60	20,01	0,50	0,10	1,50	8,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЦАМИ (90/10)	100	88,49	19,00	5,50	1,80	133,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	27,77	3,30	5,30	22,30	137,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,20	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	1,50	0,10	10,00	47,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,20	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				166,19	27,30	11,50	68,50	472,00
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	18,72	1,10	5,30	4,60	55,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	3,70	2,90	5,70	14,30	120,00
2023	12	ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР	90	52,16	16,30	17,20	3,60	235,00
2021	3	РИС С ОВОЦАМИ	150	11,59	3,40	4,30	31,60	179,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,31	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,64	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,46	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого				91,58	28,30	33,00	92,80	766,00
Полдник								
2023	101	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	100	45,86	8,20	3,00	30,00	249,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,31	0,20	0,00	10,10	41,00
Итого				47,17	8,40	3,00	40,10	290,00
Всего				304,94	64,00	47,50	201,40	1 528,00

Повар А.А.Истомина (А.А.Истомина)

Утверждаю

ИП Пономаренко Р.А.

Директор школы № 4 _____

О.С.Кравец/

МЕНЮ

" 3 " октября 2024 г.

12-18 лет



4 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	28,89	0,80	0,10	2,50	14,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЦАМИ (100/20)	120	91,14	22,70	7,10	2,20	164,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	28,25	3,80	6,20	25,70	174,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,20	19,60	83,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,64	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,20	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				179,52	33,40	14,20	82,80	591,00
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	31,21	1,90	8,90	7,70	91,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	3,67	2,90	5,70	14,30	120,00
2023	12	ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР	100	57,92	18,10	19,20	3,90	261,00
2021	3/1	РИС С ОВОЦАМИ	180	13,94	4,00	5,20	38,00	215,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,88	0,40	0,00	10,50	44,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,75	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,45	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				113,82	33,80	39,70	116,50	931,00
Полдник								
2023	101	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	150	50,40	10,20	3,30	32,10	283,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,40	0,00	10,50	44,00
Итого				52,26	10,60	3,30	42,60	327,00
Всего				345,60	77,80	57,20	241,90	1 849,00

Повар Истомина (А.А.Истомина)