



Директор школы № 4

С. Кравец /

МЕНЮ

" 27 " ноября 2024 г.

7-11 лет

8 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 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 42 | 27,63 | 4,90 | 7,40 | 12,70 | 137,00 |
| 2011 | 175 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА | 200 | 29,46 | 5,70 | 10,60 | 32,00 | 247,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,32 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 100 | 13,47 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 1,50 | 0,10 | 10,00 | 47,00 |
| Итого | | | | 73,20 | 12,70 | 18,50 | 74,60 | 519,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2023 | 103 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 6,02 | 1,00 | 3,10 | 4,20 | 49,00 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 9,22 | 5,70 | 5,40 | 18,90 | 147,00 |
| 2005 | 240 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | 51,13 | 12,80 | 5,90 | 8,70 | 140,00 |
| 2011 | 310 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 150 | 20,25 | 2,90 | 4,80 | 23,80 | 150,00 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | 7,39 | 0,00 | 0,00 | 28,20 | 113,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,30 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,20 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 99,51 | 28,20 | 19,80 | 121,60 | 778,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 63 | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ | 70 | 42,54 | 3,80 | 10,30 | 19,00 | 207,00 |
| 2011 | 386 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ) | 180 | 21,53 | 5,00 | 4,50 | 8,10 | 102,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША) | 100 | 37,86 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Итого | | | | 101,93 | 9,20 | 15,10 | 37,40 | 356,00 |
| Всего | | | | 274,64 | 50,10 | 53,40 | 233,60 | 1 653,00 |

Повар Истомина (А.А.Истомина)



МЕНЮ

" 27 " ноября 2024 г.

12-18 лет

8 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 42 | 27,63 | 4,90 | 7,40 | 12,70 | 137,00 |
| 2011 | 175 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА | 235 | 30,43 | 6,70 | 12,40 | 37,60 | 289,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,88 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 100 | 13,47 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,64 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| Итого | | | | 76,05 | 15,50 | 20,50 | 90,70 | 612,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2023 | 103 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | 10,02 | 1,60 | 5,10 | 6,80 | 82,00 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 9,22 | 5,70 | 5,40 | 18,90 | 147,00 |
| 2005 | 240 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 46,37 | 14,10 | 6,10 | 9,50 | 150,00 |
| 2011 | 310 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 180 | 24,32 | 3,50 | 5,70 | 28,50 | 180,00 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | 6,16 | 0,10 | 0,10 | 27,90 | 113,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,75 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 3,67 | 4,00 | 0,50 | 25,40 | 122,00 |
| Итого | | | | 102,51 | 32,80 | 23,20 | 142,10 | 912,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 63 | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ | 70 | 41,54 | 3,80 | 10,30 | 19,00 | 207,00 |
| 2011 | 386 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ) | 200 | 22,08 | 5,60 | 5,00 | 9,00 | 113,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША) | 100 | 39,17 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Итого | | | | 102,79 | 9,80 | 15,60 | 38,30 | 367,00 |
| Всего | | | | 281,35 | 58,10 | 59,30 | 271,10 | 1 891,00 |

Повар А.А. Истомина (А.А. Истомина)