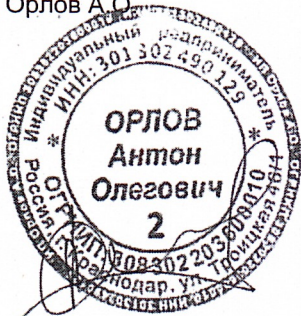


ИП Орлов А.О.



Директор школы № 4



МЕНЮ

" 23 " января 2025 г.

7-11 лет

4 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 60 | 27,29 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 8,00 |
| 2023 | 81 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (90/10) | 100 | 97,64 | 19,00 | 5,50 | 1,80 | 133,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 39,42 | 3,30 | 5,30 | 22,30 | 137,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 28,80 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,44 | 1,50 | 0,10 | 10,00 | 47,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 196,99 | 27,30 | 11,50 | 68,50 | 472,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 60 | 20,53 | 1,10 | 5,30 | 4,60 | 55,00 |
| 2011 | 113 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 250 | 4,06 | 2,90 | 5,70 | 14,30 | 120,00 |
| 2023 | 12 | ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР | 90 | 52,24 | 16,30 | 17,20 | 3,70 | 235,00 |
| 2021 | 3 | РИС С ОВОЩАМИ | 150 | 13,66 | 3,40 | 4,30 | 31,60 | 179,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,77 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,88 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,60 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 96,74 | 28,30 | 33,00 | 92,90 | 766,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 101 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 100 | 45,56 | 8,20 | 3,00 | 30,00 | 249,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,71 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| Итого | | | | 47,27 | 8,40 | 3,00 | 40,10 | 290,00 |
| Всего | | | | 341,00 | 64,00 | 47,50 | 201,50 | 1 528,00 |

Повар

Александр (А.А. Чернышев)

ИП Орлов А.О



МЕНЮ

" 23 " января 2025 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 | 39,39 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 14,00 |
| 2023 | 81 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (100/20) | 120 | 102,72 | 22,70 | 7,10 | 2,20 | 164,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 40,02 | 3,80 | 6,20 | 25,70 | 174,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 28,80 | 1,00 | 0,20 | 19,60 | 83,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,88 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 216,21 | 33,40 | 14,20 | 82,80 | 591,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 100 | 34,23 | 1,90 | 8,90 | 7,70 | 91,00 |
| 2011 | 113 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 250 | 4,07 | 2,90 | 5,70 | 14,30 | 120,00 |
| 2023 | 12 | ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР | 100 | 58,06 | 18,10 | 19,20 | 4,00 | 261,00 |
| 2021 | 3/1 | РИС С ОВОЩАМИ | 180 | 16,43 | 4,00 | 5,20 | 38,00 | 215,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,42 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,00 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,66 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 82,00 |
| Итого | | | | 120,87 | 33,80 | 39,70 | 116,60 | 931,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 101 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 150 | 50,68 | 10,20 | 3,30 | 32,10 | 283,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,38 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| Итого | | | | 53,06 | 10,60 | 3,30 | 42,60 | 327,00 |
| Всего | | | | 390,14 | 77,80 | 57,20 | 242,00 | 1 849,00 |

Повар Мещу- А.А. Истомина