

ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы № 4

О.С.Кравец /

МЕНЮ

" 9 " октября 2023 г.

**7-11 лет****1 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	35	19,71	4,10	6,10	10,60	114,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	24,19	5,60	10,40	40,30	278,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,32	2,30	2,90	22,30	125,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,34	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,15	2,70	0,20	17,60	83,00
Итого				51,71	14,90	19,60	100,90	641,00
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	9,09	0,70	0,10	2,30	14,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,89	2,20	5,80	13,10	116,00
2011	260	ГУЛЯШ	90	77,99	13,50	15,50	3,30	206,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	24,74	3,30	5,30	22,30	137,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ.	200	3,39	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,06	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,71	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				136,87	26,20	27,40	92,80	712,00
Полдник								
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	100	21,68	14,60	8,90	42,70	311,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,34	0,20	0,00	10,10	41,00
Итого				23,02	14,80	8,90	52,80	352,00
Всего				211,60	55,90	55,90	246,50	1 705,00

Повар А.А.Истомина (А.А.Истомина)

ИП Пономаренко Р.А.



МЕНЮ

" 9 " октября 2023 г.

12-18 лет

1 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	19,71	4,10	6,10	10,60	114,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	235	25,29	6,60	12,20	47,30	326,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,32	2,30	2,90	22,30	125,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,40	0,00	10,50	44,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,06	3,80	0,30	25,10	118,00
Итого				54,24	17,20	21,50	115,80	727,00
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	11,11	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,94	2,20	5,80	13,10	116,00
2011	260	ГУЛЯШ	100	75,35	15,00	17,20	3,60	229,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	20,47	3,80	6,20	25,70	174,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,39	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,06	4,60	0,40	30,10	142,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,40	4,00	0,50	25,40	122,00
Итого				132,72	30,70	30,30	111,40	846,00
Полдник								
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	140	27,50	24,40	15,40	58,20	472,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,40	1,50	2,00	14,90	83,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,40	0,00	10,50	44,00
Итого				31,76	26,30	17,40	83,60	599,00
Всего				218,72	74,20	69,20	310,80	2 172,00

Повар Денис (А.А.Истомина)