

Директор школы № 4 _____

/ О.С.Кравец /

МЕНЮ

" 25 " декабря 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 | 25,26 | 5,60 | 10,40 | 40,30 | 278,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 4,39 | 2,30 | 2,90 | 22,30 | 125,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,37 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,15 | 2,70 | 0,20 | 17,60 | 83,00 |
| Итого | | | | 52,88 | 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 | 17,34 | 2,20 | 5,80 | 13,10 | 116,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 90 | 70,72 | 13,50 | 15,50 | 3,30 | 206,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 25,81 | 3,30 | 5,30 | 22,30 | 137,00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3,42 | 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 | | | | 132,15 | 26,20 | 27,40 | 92,80 | 712,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 55 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ | 100 | 22,02 | 14,60 | 8,90 | 42,70 | 311,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,37 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| Итого | | | | 23,39 | 14,80 | 8,90 | 52,80 | 352,00 |
| Всего | | | | 208,42 | 55,90 | 55,90 | 246,50 | 1 705,00 |

Повар _____ (А.А.Истомина)

Утверждаю

ИП Пономаренко Р.А.

Директор школы № 4

О.С.Кравец /

МЕНЮ

" 25 " декабря 2023 г.

12-18 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 | 235 | 26,34 | 6,60 | 12,20 | 47,30 | 326,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 4,39 | 2,30 | 2,90 | 22,30 | 125,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,89 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,06 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| Итого | | | | 55,39 | 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 | 17,39 | 2,20 | 5,80 | 13,10 | 116,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 100 | 75,49 | 15,00 | 17,20 | 3,60 | 229,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 21,34 | 3,80 | 6,20 | 25,70 | 174,00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3,42 | 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 | | | | 135,21 | 30,70 | 30,30 | 111,40 | 846,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 55 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ | 140 | 28,86 | 24,40 | 15,40 | 58,20 | 472,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 2,35 | 1,50 | 2,00 | 14,90 | 83,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,89 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| Итого | | | | 33,10 | 26,30 | 17,40 | 83,60 | 599,00 |
| Всего | | | | 223,70 | 74,20 | 69,20 | 310,80 | 2 172,00 |

Повар Истомина (А.А.Истомина)