



Директор школы № 4

О.С. Кравец /

МЕНЮ

" 28 " февраля 2024 г.

7-11 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 | 35 | 22,98 | 4,10 | 6,10 | 10,60 | 114,00 |
| 2011 | 175 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА | 200 | 24,92 | 5,70 | 10,60 | 32,00 | 247,00 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 40 | 13,57 | 2,40 | 1,90 | 30,00 | 146,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,37 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,54 | 1,90 | 0,20 | 12,60 | 59,00 |
| Итого | | | | 64,38 | 14,30 | 18,80 | 95,30 | 607,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2023 | 103 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | 9,82 | 1,60 | 5,10 | 5,30 | 76,00 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 9,54 | 5,70 | 5,40 | 18,90 | 147,00 |
| 2005 | 240 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | 37,10 | 12,80 | 5,90 | 8,70 | 140,00 |
| 2011 | 145 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ | 150 | 15,69 | 3,30 | 10,60 | 22,90 | 205,00 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | 6,15 | 0,10 | 0,10 | 27,90 | 113,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,06 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,04 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 83,40 | 29,30 | 27,70 | 121,50 | 860,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 63 | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ | 70 | 41,08 | 3,70 | 10,20 | 19,00 | 207,00 |
| 2011 | 386 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ) | 180 | 21,53 | 5,00 | 4,50 | 8,10 | 102,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД) | 100 | 41,31 | 0,60 | 0,60 | 15,40 | 72,00 |
| Итого | | | | 103,92 | 9,30 | 15,30 | 42,50 | 381,00 |
| Всего | | | | 251,70 | 52,90 | 61,80 | 259,30 | 1 848,00 |

Повар Истомина (А.А.Истомина)

МЕНЮ

" 28 " февраля 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 | 35 | 22,98 | 4,10 | 6,10 | 10,60 | 114,00 |
| 2011 | 175 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА | 250 | 28,66 | 7,10 | 13,20 | 40,00 | 308,00 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 40 | 13,57 | 2,40 | 1,90 | 30,00 | 146,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,91 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,45 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| Итого | | | | 69,57 | 17,10 | 21,50 | 111,20 | 707,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2023 | 103 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | 8,80 | 1,60 | 5,10 | 5,30 | 76,00 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 9,54 | 5,70 | 5,40 | 18,90 | 147,00 |
| 2005 | 240 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 34,97 | 14,10 | 6,10 | 9,50 | 150,00 |
| 2011 | 145 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ | 180 | 18,81 | 3,90 | 12,70 | 27,50 | 246,00 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | 6,15 | 0,10 | 0,10 | 27,90 | 113,00 |
| 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 | | | | 84,73 | 34,00 | 30,30 | 144,60 | 996,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 63 | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ | 70 | 41,08 | 3,70 | 10,20 | 19,00 | 207,00 |
| 2011 | 386 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ) | 200 | 23,92 | 5,60 | 5,00 | 9,00 | 113,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД) | 100 | 41,31 | 0,60 | 0,60 | 15,40 | 72,00 |
| Итого | | | | 106,31 | 9,90 | 15,80 | 43,40 | 392,00 |
| Всего | | | | 260,61 | 61,00 | 67,60 | 299,20 | 2 095,00 |

Повар Истомина (А.А.Истомина)