

Утверждаю

Директор школы №60

А.Гембух

**МЕНЮ**

"23" января 2025 г.

7-11 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								
2008		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО КОРЕЙСКИ	60		1,20	4,20	6,00	68,00
2011		БЕФСТРОГАНОВ	50/50		13,10	19,16	6,84	253,05
2021		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100		3,60	0,45	21,87	109,30
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50		1,23	1,47	4,87	37,83
		РЖАНОЙ	20		1,32	0,24	7,92	34,16
		ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,32	0,16	7,92	46,88
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		0,30	0,20	11,10	46,70
Итого					22,07	25,88	66,52	595,92
Обед								
2011		САЛАТ ИЗ МСЫРНХ ОВОЩЕЙ	60		0,66	3,66	2,22	39,00
2011		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5		1,53	3,25	5,87	79,39
2011		БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90		11,56	14,42	13,88	209,80
2021		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,18	4,25	19,78	130,66
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,04	0,32	19,68	93,76
2008		РЖАНОЙ	30		1,98	0,36	11,88	51,24
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150/110		0,88	0,22	8,25	41,80
2008		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		5,60	5,10	19,24	145,09
Итого					28,43	31,58	100,80	790,74
Полдник								
2011	3	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150		14,94	11,40	16,21	44,35
2022	83	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		5,40	5,00	24,60	133,00
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,52	0,16	9,84	46,88
Итого					21,86	16,56	50,65	224,23
Всего					72,36	74,02	217,97	1 610,89

Повар

(У.В.Никифорова)