

Утверждаю

Директор школы № 60

И. Г. Мамбух

**МЕНЮ**

"28" января 2025 г.

12-18 лет

7 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	
<b>Завтрак</b>								
2008		ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	100		1,17	0,17	3,83	21,30
2011		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	90/30		11,00	11,16	15,52	239,41
2021		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180		3,82	5,10	23,74	156,80
		СОК	200		1,00	0,00	20,20	92,00
		ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,04	0,32	19,68	93,76
		РЖАНОЙ	30		1,98	0,36	11,88	51,24
<b>Итого</b>					<b>22,01</b>	<b>17,11</b>	<b>94,85</b>	<b>654,51</b>
<b>Обед</b>								
2011		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕРНОСЛИВОМ	80		0,90	0,10	12,90	75,73
2011		СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		3,06	5,64	10,41	148,50
2011		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ ОЛОКОМ	220		20,08	23,70	34,21	444,40
2021		КОМПОТ И СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,30	0,00	17,18	69,65
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	55		3,04	0,32	19,68	128,92
2008		РЖАНОЙ	36		1,98	0,36	11,88	61,49
<b>Итого</b>					<b>29,36</b>	<b>30,12</b>	<b>106,26</b>	<b>928,69</b>
<b>Полдник</b>								
2011	3	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120		5,96	7,80	7,68	154,08
2022	83	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		4,82	4,82	13,76	106,33
2022	83	ПШЕНИЧНЫЙ	24		0,16	0,16	9,50	41,00
2022	83	РЖАНОЙ	20		1,52	1,52	9,84	46,88
<b>Итого</b>					<b>12,46</b>	<b>14,30</b>	<b>40,78</b>	<b>348,29</b>
<b>Всего</b>					<b>63,83</b>	<b>61,53</b>	<b>241,89</b>	<b>1 931,49</b>