Утверждаю

Директор школы № 60

_____ /Н.А.Гембух/

МЕНЮ

"28" января 2025 г.

7-11 лет

7 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008		ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	60		0,70	0,10	2,30	12,80
2011		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	60/30		7,70	7,68	11,24	166,69
2021		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,18	4,25	19,78	130,66
		СОК	200	1,02	1,00	0,20	20,20	92,00
		ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,52	0,16	9,84	46,88
		РЖАНОЙ	20		1,32	0,24	7,92	34,16
Итого					**15,42**	**12,63**	**71,28**	483,19
Обед								
2011		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60		0,90	0,10	12,90	56,80
2011		СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25		3,06	5,64	10,41	118,34
2011		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ ОЛОКОМ	190		20,08	23,70	34,21	390,34
2021		КОМПОТ И СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,30	0,00	17,18	69,65
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,04	0,32	19,68	93,76
2008		РЖАНОЙ	30		1,98	0,36	11,88	51,24
Итого					**29,36**	**30,12**	**106,26**	780,13
Полдник								
2011	3	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100		5,80	6,50	6,84	128,40
2022	83	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		4,82	3,63	13,76	106,33
2022	83	ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,32	0,24	7,92	34,16
2022	83	РЖАНОЙ	20		1,52	0,16	9,84	46,88
Итого					**13,46**	**10,53**	**38,36**	315,77
Всего					**58,24**	**53,28**	**215,90**	1 579,09