ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор школы № 60

/Шембух Г.А./

МЕНЮ

"11" января 2024 г.

7-11 лет

4 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	18,66	0,50	0,10	1,50	8,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (90/10)	100	59,72	18,90	5,90	1,80	137,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	25,68	3,30	5,30	22,30	137,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,20	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,65	2,70	0,20	17,60	83,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				**135,09**	**28,40**	**12,00**	**76,10**	**512,00**
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	17,29	1,10	5,30	4,60	55,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	4,15	2,90	5,70	14,30	120,00
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	68,08	20,90	21,10	0,40	274,00
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331	30	1,88	0,60	1,10	2,40	25,00
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,87	8,20	9,70	37,00	268,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,37	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,02	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого				**109,98**	**38,30**	**43,40**	**97,40**	**919,00**
Полдник								
2023	101	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЫЕ С ТВОРОГОМ	100	43,00	14,20	9,50	32,30	274,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,37	0,20	0,00	10,10	41,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	27,77	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого				**72,14**	**15,30**	**9,70**	**50,50**	**358,00**
Всего				**317,21**	**82,00**	**65,10**	**224,00**	**1 789,00**

Повар _____ (Белоног Л.В.)

всего - 55 молоч - 20 О.В.З. - 1