

ИП Пономаренко Р.А.



Согласовано

Директор школы №12

В.В. Пругло /Пругло В.В./

МЕНЮ

"12" сентября 2022 г.

7-11 лет

1 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	20,24	4,6	8,6	7,5	128
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	36,75	14	27,1	2,6	311
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,31	0,2		10,1	41
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	24,19	0,9	0,2	8,1	43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,15	1,5	0,1	9,7	46
Итого				83,64	21,2	36	38	569
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	6,12	0,7	0,1	2,3	14
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	8,36	4	5,3	23,1	157
2011	260	ГУЛЯШ	90	67,90	13,4	15,5	3,4	206
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	15,41	3,2	5,2	21,4	145
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,68			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,64	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,56	2,6	0,4	17	82
Итого				105,67	27,6	26,8	101,2	758

Повар _____ (_____)