

ИП Пономаренко Р.А.



Согласовано

Директор школы №12

— *В.В. Пругло* /Пругло В.В./

МЕНЮ

"12" сентября 2022 г.

12-18 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	180	40,76	16,8	32,5	3,1	372
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,71	0,4		10,5	44
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	24,19	0,9	0,2	8,1	43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,15	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,28	1,3	0,2	8,5	41
Итого				89,33	25,5	41,6	47,7	675
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	10,10	1,1	0,2	3,8	24
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	8,36	4	5,3	23,1	157
2011	260	ГУЛЯШ	100	75,41	15	17,1	3,7	229
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	16,97	3,8	6,2	25,7	174
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,68			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,02	4,5	0,4	29,2	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,36	4	0,5	25,4	122
Итого				119,90	32,4	29,7	120,6	883

Повар _____ (_____)