



 В.В.Пруголо/
МЕНЮ**"13" сентября 2022 г****7-11 лет****3 день**

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--------------------------------------------------------|--------|---------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 20,24 | 4,6 | 8,6 | 7,5 | 128 |
| 2011 | 174 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА | 215 | 20,41 | 6,1 | 11,2 | 43,3 | 298 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 30 | 3,69 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 110 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 1,31 | 0,2 | | 10,1 | 41 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,15 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47 |
| Итого | | | | 46,80 | 14,2 | 21,3 | 93,4 | 624 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2022 | 82 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОРКОВЬ НАРЕЗАННАЯ (МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ) | 60 | 4,13 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 21 |
| 2011 | 106 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 22,63 | 10,2 | 3,5 | 18,6 | 148 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 170 | 66,05 | 13,6 | 20,1 | 28,3 | 350 |
| 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 | | | | 100,69 | 30,9 | 24,4 | 102 | 755 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

Повар _____ (_____)