

Утверждаю

ИП Пономаренко Р.А.

Директор школы № 6



# МЕНЮ

" 23 " октября 2023 г.

7-11 лет

## 1 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                            | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 35    | 19,71         | 4,10              | 6,10         | 10,60         | 114,00                        |
| 2011             | 174           | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА                  | 200   | 24,19         | 5,60              | 10,40        | 40,30         | 278,00                        |
| 2008             |               | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 30    | 4,32          | 2,30              | 2,90         | 22,30         | 125,00                        |
| 2021             | 8             | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200   | 1,34          | 0,20              | 0,00         | 10,10         | 41,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 35    | 2,15          | 2,70              | 0,20         | 17,60         | 83,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>51,71</b>  | <b>14,90</b>      | <b>19,60</b> | <b>100,90</b> | <b>641,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 9,09          | 0,70              | 0,10         | 2,30          | 14,00                         |
| 2011             | 82            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ                  | 250   | 15,89         | 2,20              | 5,80         | 13,10         | 116,00                        |
| 2011             | 260           | ГУЛЯШ   | 90    | 77,99         | 13,50             | 15,50        | 3,30          | 206,00                        |
| 2011             | 312           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                             | 150   | 24,74         | 3,30              | 5,30         | 22,30         | 137,00                        |
| 2021             | 10            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3,39          | 0,00              | 0,00         | 9,70          | 39,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50    | 3,06          | 3,80              | 0,30         | 25,10         | 118,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 40    | 2,71          | 2,70              | 0,40         | 17,00         | 82,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>136,87</b> | <b>26,20</b>      | <b>27,40</b> | <b>92,80</b>  | <b>712,00</b>                 |

Повар В.И. Сидорова ( В.И. Сидорова )