

Утверждаю



# МЕНЮ

" 22 " *сентября* 2024 г.

7-11 лет

## 5 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  |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |   |       |               |                   |              |               |                                |
| 2023               | 103           | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                     | 100   | 9,95          | 1,60              | 5,10         | 5,30          | 76,00                          |
| 2011               | 291           | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                 | 170   | 80,75         | 14,40             | 8,90         | 30,40         | 260,00                         |
| 2021               | 10            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3,44          | 0,00              | 0,00         | 9,70          | 39,00                          |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50    | 3,06          | 3,80              | 0,30         | 25,10         | 118,00                         |
| <b>Итого</b>       |               |   |       | <b>97,20</b>  | <b>19,80</b>      | <b>14,30</b> | <b>70,50</b>  | <b>493,00</b>                  |
| <b>Обед</b>        |               |   |       |               |                   |              |               |                                |
| 2011               | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 20,45         | 0,70              | 0,10         | 2,30          | 14,00                          |
| 2011               | 102           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                   | 250   | 9,54          | 5,70              | 5,40         | 18,90         | 147,00                         |
| 2011               | 269           | БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)      | 95    | 65,45         | 14,30             | 22,60        | 11,40         | 306,00                         |
| 2011               | 203           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ          | 150   | 19,47         | 5,50              | 5,80         | 30,50         | 195,00                         |
| 2011               | 389           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                 | 200   | 26,40         | 1,00              | 0,20         | 19,60         | 83,00                          |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40    | 2,45          | 3,10              | 0,30         | 20,10         | 95,00                          |
| 2008               |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 35    | 2,38          | 2,30              | 0,30         | 14,80         | 71,00                          |
| <b>Итого</b>       |               |   |       | <b>146,14</b> | <b>32,60</b>      | <b>34,70</b> | <b>117,60</b> | <b>911,00</b>                  |

Повар *Евг* (*Евг Файрун*)