

Согласовано

и.о. директора
МБОУ СОШ №3 города Волгореченска"
А.В.Гараев/

МЕНЮ

24 ноября 2023 г.

7-11лет

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								
2015	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150	49,62	22,5	15,1	37,5	380
2015	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	21,31	3,8	3,2	15,3	105
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
2015	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	15,21	0,5	0,5	12,3	59
Итого				89,26	29,1	19	80,2	615
Обед								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	60	16,44	0,7	0,1	2,3	14
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	10,46	1,9	5	14,1	112
2015	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	32,72	11,5	12	11,2	198
2015	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	12,31	3,9	6	15,1	132
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	12,25			22,8	92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,3	0,2	15,1	71
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	2,6	0,4	17	82
Итого				90,34	22,9	23,7	97,6	701
Всего				179,60	52	42,7	177,8	1316

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

