



МЕНЮ
8 июня 2021 г.

7-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	190/10	88,24	35,2	25,3	31,5	482
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,58	0,3		14,3	58
2008		КИВИ	300	135,00	2,4	1,2	24,3	141
2008	434	МОЛОКО	200	20,00	5,5	6	8,6	108
2008	442	ВОДА	200	2,80				
		РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	20,00				
Итого				269,62	43,4	32,5	78,7	789
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	235/15	18,47	7,6	8,3	17,6	171
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,35	6,4	5,5	39,2	227
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	120	32,02	12	22,8	13,4	294
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,28	0,2	1,4	1,7	20
2008	50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	100	7,63	1,5	2,9	8,3	64
2008	407	КИСЕЛЬ	200	4,56			23,2	92
2008		ХЛЕБ	79	6,36	3,8	0,5	23,6	1079
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	35,00				
Итого				113,67	31,5	41,4	127	1947
Всего				383,29	74,9	73,9	205,7	2736