



МЕНЮ

11 ноября 2021 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 классы								
2008		ХЛЕБ	88	7,07	6,8	0,5	44,4	210
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	35,45	13	21,3	11,8	290
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	7,94	3,6	4,6	37,7	206
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	24	0,83	0,4	2,4	1,7	29
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/5	20,87	1,2	6	6,8	86
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	66	17,98	0,7	4,8	2,5	57
Итого				95,20	25,7	39,6	128,2	971
5-11 классы								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	88	44,30	16,2	26,6	14,9	362
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	9,53	4,3	5,5	45,2	247
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	24	0,83	0,4	2,4	1,7	29
2008		ХЛЕБ	88	7,07	6,8	0,5	44,4	210
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/5	22,45	1,4	6,9	6,9	96
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	66	17,98	0,7	4,8	2,5	57
Итого				107,22	29,8	46,7	138,9	1094
овз 5-11								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	20,05	7,7	7,7	37,4	251
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	250/5	23,97	1,4	6,9	6,9	96
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,03	7,1	9,1		113
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	90	45,02	16,6	27	14,9	367
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/6	9,52	4,3	5,5	45,2	247
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	24	0,81	0,4	2,4	1,7	29
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,94			14,6	58
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	66	17,97	0,7	4,8	2,5	57
2008		МАНДАРИН	100	23,51	0,8	0,2	7,5	38
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,06			23,3	93

2008	ХЛЕБ	88	7,08	6,8	0,5	44,4	210
Итого			177,96	45,9	72,4	198,5	1634