

## МЕНЮ

21 декабря 2021 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1-4 классы</b>								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	250	30,39	2,2	7	16,7	140
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,10			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/5	7,01	5,6	4,7	35,9	209
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	80	29,16	9,6	24,5	2,5	270
<b>Итого</b>				<b>79,66</b>	<b>25</b>	<b>36,8</b>	<b>128,6</b>	<b>949</b>
<b>5-11 классы</b>								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	33,53	2,6	7,7	18,7	156
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	37,10	12	30,7	3	338
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,12			23,3	93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	170	8,07	6,1	5,1	39,4	229
<b>Итого</b>				<b>91,82</b>	<b>28,3</b>	<b>44,1</b>	<b>134,6</b>	<b>1053</b>
<b>овз 5-11</b>								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	280	33,53	2,6	7,7	18,7	156
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	42,12	17	25,2	12	343
2008		ХЛЕБ	50	4,00	3,8	0,3	25,1	118
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/6	8,40	6,7	5,7	43,1	250
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,96			14,6	58
2008	257	ПОДЖАРКА	120	48,44	15,9	40	4,1	440
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	16,00	0,2	16,6	0,2	150
2008		ХЛЕБ	100	8,00	7,6	0,6	50,2	237
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,10			23,3	93
<b>Итого</b>				<b>166,55</b>	<b>53,8</b>	<b>96,1</b>	<b>191,3</b>	<b>1845</b>