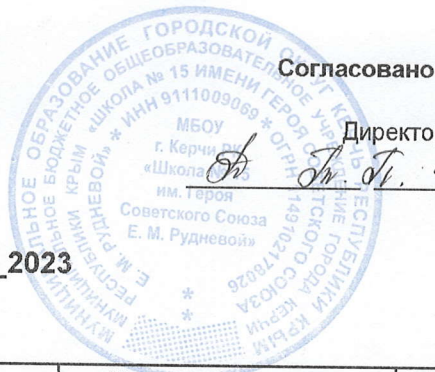




ИП Платова Р.А.  
Платова Р.А./



Согласовано

Директор школы

7 день

**МЕНЮ**

" 5 " сентября 2023

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	17,7	15,1	19,9	291
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
		ФРУКТЫ ИЛИ ЯГОДЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>				<b>26,8</b>	<b>21,8</b>	<b>93,5</b>	<b>686</b>
<b>Обед</b>							
2011	53	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1	2,4	4,9	46
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,4	4,5	18,6	141
2011	300	СУФЛЕ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С РИСОМ	90	15,8	27,8	4,1	327
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	5,4	2,1	37,4	191
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>				<b>34,4</b>	<b>42,5</b>	<b>122,8</b>	<b>1010</b>
<b>Всего</b>				<b>61,2</b>	<b>64,3</b>	<b>216,3</b>	<b>1696</b>

7 день

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	23,6	20,1	26,5	388
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
		ФРУКТЫ ИЛИ ЯГОДЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>				<b>33,4</b>	<b>27,8</b>	<b>107,6</b>	<b>825</b>
<b>Обед</b>							
2011	53	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,8	4,3	8,2	77
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,4	4,5	18,6	141
2011	300	СУФЛЕ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С РИСОМ	100	17,5	30,7	4,6	363
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,8	175
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	6,8	2,6	46,8	238
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>				<b>38,9</b>	<b>48,8</b>	<b>140,4</b>	<b>1153</b>
<b>Всего</b>				<b>72,3</b>	<b>76,6</b>	<b>248</b>	<b>1978</b>

Повар

*С.В. Р.А. Леаньева и др.*