



ИП Платова Р.А.  
/Платова Р.А./

3 день

**МЕНЮ**  
"10" *сентября* 2024



Согласовано

Директор школы

*И. И. Шолова*

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	22,8	17	23,3	344
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,1		14,8	59
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	20,1	95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
<b>Итого</b>				<b>30,5</b>	<b>20,8</b>	<b>103</b>	<b>731</b>
<b>Обед</b>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	9,8	9,3	17,9	196
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,1	21,7	5,5	296
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0,7	35,9	172
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	20,1	95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>				<b>38,1</b>	<b>37,8</b>	<b>120,6</b>	<b>995</b>
<b>Всего</b>				<b>68,6</b>	<b>58,6</b>	<b>223,6</b>	<b>1726</b>

3 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>							
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	30,6	22,5	31,2	458
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,1		14,8	59
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	20,1	95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
<b>Итого</b>				<b>38,3</b>	<b>26,3</b>	<b>110,9</b>	<b>845</b>
<b>Обед</b>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	9,8	9,3	17,9	196
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	16,8	24,3	6,1	329
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	0,8	43,1	207
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	30,1	142
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>				<b>43,2</b>	<b>44,3</b>	<b>141,5</b>	<b>1158</b>
<b>Всего</b>				<b>81,5</b>	<b>70,6</b>	<b>252,4</b>	<b>2003</b>

Повар

*С. А. Шевченко*