



МЕНЮ

19 марта 2024 г.

6-10 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	5,2	8,1	25,2	194
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,2	12,5	0,2	113
2011	2	ПОВИДЛО	40	0,2		29,2	114
2008		яблоко	110	0,5	0,5	12	57
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,1	41
Итого				8,6	22	92,1	598
Обед							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	30	3,8	3,1	9,7	82
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,4	2,1	10,8	68
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4	6,3	26,4	178
		КОТЛЕТА ПОЛУФАБРИКАТ	66	5,1	16,9	6,4	198
2012	12	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	60	1,3	2	3,1	37
2008	442	СОК	190	1	0,2	18,8	82
Итого				18,6	30,9	87,9	706
Всего				27,2	52,9	180	1304

ЗАВЕДУЮЩАЯ СТОЛОВОЙ _____

ЦЫГАНКОВА Я.У

ПОВАР _____

ПИЛИПЕНКО Е.В

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР
МКОУ ЧЕРЕМШАНСКАЯ СОШ №20
РАДОСТЕВА А.В./

МЕНЮ

19 марта 2024 г.

11-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		БАТОН	40	3	1,2	20,6	105
2008	189	КАША ДРУЖБА	230	5,5	9,3	31,1	232
2011	2	ПОВИДЛО	40	0,2		29,2	114
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	16	0,2	13,3	0,2	120
2008		ЯБЛОКО	110	0,5	0,5	12	57
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15,9	64
Итого				9,6	24,3	109	692
Обед							
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	1,7	2,7	13,3	85
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	220	4,4	7,2	29,2	199
		КОТЛЕТА ПОЛУФАБРИКАТ	73	5,6	18,7	7,1	219
2012	12	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	100	2,4	2,2	5,6	52
2008	442	СОК	200	1	0,2	19,8	86
Итого				19,4	31,5	102,8	773
Всего				29	55,8	211,8	1465

ЗАВЕДУЮЩАЯ СТОЛОВОЙ _____ ЦЫГАНКОВА Я.У

ПОВАР _____ ПИЛИПЕНКО Е.В