

Согласовано

Директор
МОУ СОШ №5 им. 63-го Угличского пехотного полка
Лем /Пятницына Н.Л./

МЕНЮ

27 июня 2024 г.

12-18 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|------------------------------|--|--------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2004 | 498 | котлета из мяса кур | 100 | 40,03 | 16,7 | 22,6 | 16,3 | 333 |
| 2004 | 332 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ! | 180 | 8,85 | 6,7 | 6,5 | 43,2 | 259 |
| | ГОСТ 2077-84 | хлеб ржаной | 20 | 1,06 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 |
| 2008 | | БАНАН | 200 | 48,72 | 3 | 1 | 42 | 192 |
| 2004 | 686 | чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 3,06 | 0,2 | | 15,2 | 62 |
| Итого | | | | 101,72 | 27,9 | 30,3 | 124,9 | 886 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 76 | БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 250/10 | 24,00 | 7,9 | 10,6 | 13,2 | 186 |
| 2015 | 260 | гуляш из свинины | 100 | 35,42 | 11,3 | 30,3 | 4,1 | 339 |
| 2004 | 511 | рис отварной | 180 | 11,00 | 4,5 | 6,3 | 48,1 | 268 |
| | ГОСТ 2077-84 | хлеб ржаной | 40 | 2,11 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79 |
| | ТУ10,71 11-0024836 3077-2016 | БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 20 | 1,59 | 1,5 | 0,6 | 10 | 51 |
| 2004 | 634 | компот из ягод с/м с вит. С | 200 | 4,65 | | | 23,3 | 93 |
| | | МОРОЖЕНОЕ СЛИВОЧНОЕ | 130 | 40,00 | 4,1 | 11,8 | 22,7 | 892 |
| Итого | | | | 118,77 | 31,8 | 60 | 137,9 | 1908 |
| Всего | | | | 220,49 | 59,7 | 90,3 | 262,8 | 2794 |

зав. производством

Рудакова А.В.
Рудакова А.В.