

МЕНЮ

20 марта 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав		
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак							
2004	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	17,67	6,4	12,4	10,6
2013	264	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	17,10	7,2	8,3	32
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	2,20			11,7
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7
2006	458	БАНАН	400	78,15	3,5	1,2	48,9
Итого				117,82	18,6	22,1	111,4
Обед							
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	26,63	5,3	8,6	16,4
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ	100	29,36	15,5	12,9	3,1
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	11,01	4,3	5,5	45,5
2013	518	СОК	200	14,22	0,5	0,2	34
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3
2006	458	ЯБЛОКИ	180	27,29	0,6	0,6	15
Итого				113,91	29,5	28,7	146,9
Всего				231,73	48,1	50,8	258,3

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева