Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 6
Скобенко М.Э.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

23 января 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	32,16	9,8	12,7	39,9	314
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	13,40	3,5	4,4		55
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	7,93	0,1	8,3	0,1	75
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	4,66	0,2		15	61
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,26	3	0,2	19,5	92
2011	385	МОЛОКО	200	24,00	5,6	4,9	9,3	105
Итого				**85,00**	**22,2**	**30,5**	**83,8**	**702**
Завтрак 2-й вариант								
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,78	3,6	4,6	37,7	206
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	35,66	14,6	21,9	7,7	286
2011	333	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №333	50	7,61	1	2,4	4,1	48
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,26	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	4,66	0,2		15	61
2011	385	МОЛОКО	200	24,00	5,6	6,2	9,1	116
Итого				**85,00**	**28**	**35,3**	**93,1**	**809**
Обед								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	16,78	5,3	9,4	9,2	144
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,40	5,7	5,6	37	221
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	90	30,75	12,5	15,7	3,1	210
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,26	3	0,2	19,5	92
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,20	0,2	0,1	16,2	65
Итого				**55,00**	**26,7**	**31**	**85**	**732**
Всего				**140,00**	**76,9**	**96,8**	**261,9**	**2243**