

Согласовано

Директор
МКОУ СОШ с. Газзаппо
(Илющенкова Т.А.)



МЕНЮ

22 июня 2022 г.

7-11 ЛЕТ 12 И СТАРШЕ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
1983	1081	БЛИНЫ СО СМЕТАНОЙ	200	23,61	12,1	11,2	56,4	369
2008	003	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45/30	29,82	6,7	8,4		99
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	2,44	0,1		7,9	32
2008		СНЕЖОК	170	17,67				
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,70	4	3	0,2	49
2008	434	МОЛОКО	200	25,00	5,2	4,8	9,4	106
2016	403	ЯБЛОКО	250	54,62	0,9	0,9	21,6	103
		ВОДА БУТИЛИРОВАННАЯ	200	3,80				
Итого				165,66	29	28,3	95,5	758
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	34,86	6,2	10,1	10,9	155
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	32,82	6,5	10,4	39,3	269
1983	598	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ СВИНИНЫ	120	65,55	16,4	42,5	3,2	442
		ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	100	30,63				
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
2008	442	СОК НАТУРАЛЬНЫЙ	200	19,01	1	0,2	20,2	92
Итого				189,92	32	63,5	85,2	1013
Всего				355,58	61	91,8	180,7	1771

Зав.производством Исмагулова Е.А. Исмагулова Е.А,