

Утверждаю



ДИРЕКТОР
ООО "РАДУГА ВКУСА"
ШИКУЛА А.А./

МЕНЮ

(БЕЗМОЛОЧНО-БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ)

11 октября 2023 г.

возрастная категория 7 - 18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	137	КАША ИЗ ТЫКВЫ (Б/Г)	150	42.31	1,8	4	27,9	156
2011	297	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ Б/Г	90	71.13	17,8	2,7		93
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	12.00	0,5	0,5	8,2	42
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.69	0,2		7,2	30
2011	338	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	106	31.87	0,4	0,4	10,4	50
Итого				160.00	20,7	7,6	53,7	371
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	57.25	1,1	7,1	3,8	86
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РИСОМ И ГОВЯДИНОЙ	250	58.86	6,4	6,7	15,5	182
2011	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	150	23.28	2,9	5,5	23,8	156
2011	294	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ (Б/Г)	100	63.50	18,7	9	15,8	213
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	18.23	0,7	0,8	12,5	64
2011	342	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	16.88	0,2	0,1	12,9	55
Итого				238.00	30	29,2	84,3	756
Всего				398.00	50,7	36,8	138	1127



Директор школы _____

Мед.обслуживание _____

Повар бригадир _____