

Утверждаю




МЕНЮ

(БЕЗМОЛОЧНО-БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ)

19 октября 2023 г.

возрастная категория 7 - 18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	71	ТОМАТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	60	27.27	0,7	0,1	2,3	14
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ ГЛЮТЕНА ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	150	41.04	4	6,2	49,9	275
2011	297	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ Б/Г	90	71.13	17,8	2,7		93
	пп	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	27	16.24	0,6	0,7	11,1	57
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	4.32	0,2		7,3	31
Итого				160.00	23,3	9,7	70,6	470
Обед								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	30.01	1,3	10,1	7,2	126
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	24.03	3,6	2,9	19,2	117
2011	302.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	180	23.46	10,4	8,8	47,1	309
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (Б/Г)	110	107.45	12,6	11,5	3,9	262
	пп	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	40	24.15	1	1,1	16	82
2022	54-5хн	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	28.90	0,3	0,1	13,2	56
Итого				238.00	29,2	34,5	106,6	952
Всего				398.00	52,5	44,2	177,2	1422



 Директор школы

 Мед. работник

 Повар бригадир _____