

Утверждаю



# МЕНЮ

24 октября 2024 г.

## БЕЗМОЛОЧНО-БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ 7-18 лет

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда                                 | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |  |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |  |       |               |                   |              |               |                               |
| 2016             | 47            | САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ | 100   | 42,43         | 1,00              | 6,20         | 2,60          | 71,00                         |
| 2011             | 143           | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ (Б/Г)                     | 200   | 104,37        | 12,80             | 11,90        | 13,70         | 213,00                        |
|                  | ПП            | ХЛЕБ "ОРГАНИК" БЕЗ ГЛЮТЕНА                         | 30    | 16,53         | 1,60              | 2,60         | 12,80         | 83,00                         |
| 2011             | 376           | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200   | 2,99          | 0,20              | 0,00         | 6,90          | 30,00                         |
| 2011             | 341           | МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ                                   | 100   | 46,00         | 0,80              | 0,20         | 7,50          | 38,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |  |       | <b>212,32</b> | <b>16,40</b>      | <b>20,90</b> | <b>43,50</b>  | <b>435,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |  |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 67            | ВИНЕГРЕТ   | 100   | 29,65         | 1,40              | 10,20        | 7,20          | 126,00                        |
| 2008             | 84            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ                  | 250   | 19,65         | 1,70              | 5,20         | 8,50          | 88,00                         |
| 2011             | 302.1         | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ   | 150   | 12,38         | 9,20              | 7,40         | 45,40         | 281,00                        |
| 2008             | 257           | ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО (Б/Г)                       | 100   | 94,11         | 22,90             | 8,60         | 3,90          | 176,00                        |
|                  | ПП            | ХЛЕБ "ОРГАНИК" БЕЗ ГЛЮТЕНА                         | 50    | 27,89         | 2,70              | 4,40         | 21,70         | 140,00                        |
| 2011             | 389           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                       | 200   | 18,00         | 0,00              | 0,00         | 23,00         | 92,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |  |       | <b>201,68</b> | <b>37,90</b>      | <b>35,80</b> | <b>109,70</b> | <b>903,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |  |       | <b>414,00</b> | <b>54,30</b>      | <b>56,70</b> | <b>153,20</b> | <b>1 338,00</b>               |



Директор школы \_\_\_\_\_

Мед. работник \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_