

Утверждаю

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
среднего профессионального образования  
«Средняя школа № 36»  
Иркутской области  
Иркутск  
Заведующий  
Средней 12  
классной школы  
Расположенева Н.И./

**МЕНЮ**  
2 апреля 2024 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3,90	7,94	11,50	79,35	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,31	8,31	32,04	224,68	0,28
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,87	2,99	10,72	81,56	0,24
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,08</b>	<b>19,24</b>	<b>54,26</b>	<b>385,59</b>	<b>0,50</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,97	0,19	19,59	89,24	5,92
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,97</b>	<b>0,19</b>	<b>19,59</b>	<b>89,24</b>	<b>5,92</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	7,09	3,07	17,86	127,79	7,07
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	195	19,11	20,79	21,78	351,45	18,51
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>677</b>	<b>29,80</b>	<b>24,95</b>	<b>80,24</b>	<b>667,64</b>	<b>102,58</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	80	16,11	9,88	2,17	161,75	0,90
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,84	5,25	18,95	134,79	9,14
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,18	0,18	10,76	46,65	1,92
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	5,56	1,95	32,60	170,14	0,05
<b>Итого</b>			<b>468</b>	<b>25,69</b>	<b>17,38</b>	<b>70,88</b>	<b>544,33</b>	<b>12,01</b>
<b>Всего</b>				<b>68,54</b>	<b>61,76</b>	<b>224,97</b>	<b>1 686,80</b>	<b>121,01</b>