

Утверждаю

Заведующий

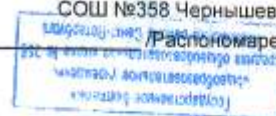
СОШ №358 Чернышевского 10

Распономарева Н.И./

# МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,89	7,16	28,91	203,00	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,87	3,84	11,17	95,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,03</b>	<b>15,14</b>	<b>47,15</b>	<b>361,26</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	194	0,97	0,19	19,64	89,44	14,39
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>0,97</b>	<b>0,19</b>	<b>19,64</b>	<b>89,44</b>	<b>14,39</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,77	7,30	5,76	92,16	3,74
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,48	6,33	9,50	115,40	6,83
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90	14,77	9,37	7,24	172,15	0,24
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	165	2,73	2,18	10,68	73,03	6,43
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>764</b>	<b>26,33</b>	<b>26,13</b>	<b>65,08</b>	<b>603,74</b>	<b>17,24</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	115	20,50	10,54	18,65	252,42	0,18
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	201	6,13	6,54	9,60	122,54	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	92	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	33	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>441</b>	<b>29,71</b>	<b>20,28</b>	<b>61,75</b>	<b>523,96</b>	<b>15,38</b>
<b>Всего</b>				<b>70,04</b>	<b>61,74</b>	<b>193,62</b>	<b>1 578,40</b>	<b>47,01</b>