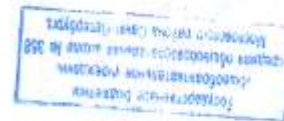


Утверждаю

Заведующий  
СОШ №358 Чернышевского 10  
/Распономарева Н.И./

**МЕНЮ**  
19 апреля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	2,14	3,63	9,02	85,56	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,18	10,40	26,59	225,35	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,79	2,88	10,38	78,90	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,11</b>	<b>16,91</b>	<b>45,99</b>	<b>389,81</b>	<b>0,02</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	85	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>			<b>85</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,60	5,25	12,32	119,36	6,31
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,32	11,88	13,17	266,31	11,78
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,99	1,98	2,97	36,93	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,16	0,02	7,64	31,74	0,72
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>755</b>	<b>19,45</b>	<b>22,98</b>	<b>61,10</b>	<b>616,94</b>	<b>20,71</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	44	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	7,66	8,69	29,65	227,55	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,35	11,07	47,04	222,95	0,00
<b>Итого</b>			<b>462</b>	<b>10,73</b>	<b>19,86</b>	<b>87,11</b>	<b>498,50</b>	<b>6,10</b>
<b>Всего</b>				<b>42,79</b>	<b>60,25</b>	<b>215,20</b>	<b>1 601,25</b>	<b>30,85</b>