

Утверждаю

Заведующий
СОШ №358 Бассейная 12
/Расп. Иомарева Н.И./

МЕНЮ
5 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,22	8,66	29,91	221,79	0,26
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,19	4,21	12,85	106,98	0,30
Итого			430	13,75	17,09	49,97	392,63	0,56
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	167	0,81	0,16	16,33	74,37	4,93
Итого			167	0,81	0,16	16,33	74,37	4,93
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,75	6,12	97,92	3,96
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	7,42	8,86	10,38	153,70	7,10
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	130	16,63	7,25	7,67	162,19	0,44
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	170	3,05	2,10	14,84	97,54	8,75
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			818	31,50	26,91	70,91	662,35	20,27
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	115	19,93	10,25	18,13	245,35	0,17
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	226	6,89	7,35	10,80	137,64	0,57
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	136	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	33	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			510	29,90	20,80	62,43	532,19	15,94
Всего				75,96	64,96	199,64	1 661,54	41,70