

Утверждаю

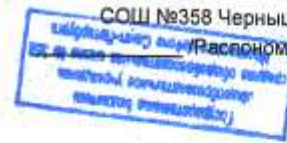
Заведующий

СОШ №358 Чернышевского 10

Распономорева Н.И./

**МЕНЮ**  
13 мая 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,72	7,80	36,15	246,01	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>11,11</b>	<b>11,94</b>	<b>51,74</b>	<b>344,63</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	129	0,51	0,51	12,62	60,51	12,87
<b>Итого</b>			<b>129</b>	<b>0,51</b>	<b>0,51</b>	<b>12,62</b>	<b>60,51</b>	<b>12,87</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	200/10/10	4,06	4,57	7,47	87,23	2,62
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	10,48	11,90	3,48	162,67	0,21
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,99	5,04	19,37	135,57	8,92
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>21,23</b>	<b>22,43</b>	<b>75,70</b>	<b>592,21</b>	<b>13,65</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	200	21,87	23,68	33,72	435,12	0,66
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,86	23,42	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,65	2,61	17,32	111,59	0,02
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>28,22</b>	<b>26,49</b>	<b>67,50</b>	<b>621,13</b>	<b>0,68</b>
<b>Всего</b>				<b>61,07</b>	<b>61,37</b>	<b>207,56</b>	<b>1 618,48</b>	<b>28,30</b>