

Утверждаю

Заведующий
 СОШ №358, Бассейная 12
 Распономарева Н.И./

МЕНЮ
 27 мая 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	35	3,60	4,55	7,77	68,82	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,75	8,58	35,14	249,09	0,28
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			433	11,47	13,13	51,43	353,91	1,38
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	145	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			145	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,05	7,78	11,11	180,79	3,23
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	15,30	16,57	4,07	226,40	0,29
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	165	3,26	5,60	21,19	148,92	9,80
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,80	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			740	27,31	30,87	81,75	762,85	15,22
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	24,49	10,39	33,75	326,74	1,61
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,31	29,25	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	5,41	2,95	20,38	130,01	0,04
Итого			468	31,60	13,54	72,04	537,00	1,65
Всего				70,98	58,14	220,02	1 720,06	24,25