

Утверждаю

Заведующий

СОШ №358 Бассейная 12

Расположен: /

И.И.И.



МЕНЮ

31 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
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")	215	7,39	13,80	28,29	267,63	0,45
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,42	3,58	10,21	87,05	0,29
Итого			430	12,95	21,01	47,52	440,24	0,74
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	111	0,54	0,11	10,88	49,58	0,89
Итого			111	0,54	0,11	10,88	49,58	0,89
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	75	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	220/20	6,37	5,38	16,93	142,59	8,69
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	225	9,32	13,32	14,76	298,59	13,21
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,01	2,02	3,03	37,67	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			825	20,66	21,67	63,94	621,70	22,90
Полдник								
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	165	7,65	9,89	31,94	247,59	0,07
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	17,31	69,23	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	85	10,51	8,90	41,03	268,72	0,04
Итого			430	18,16	16,79	90,28	585,54	0,11
Всего				52,31	59,58	212,62	1 697,06	24,64