

ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №31

Матюшенко Е.А.

# МЕНЮ

" 13" октября 2023 г.

12-18 лет

## 5 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                                  |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 103              | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                        | 100   | 10.99         | 1.60              | 5.10    | 5.30             | 76.00                                    |
| 2011                          | 291              | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                    | 200   | 69.13         | 16.90             | 10.50   | 35.70            | 305.00                                   |
| 2021                          | 10               | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3.39          | 0.00              | 0.00    | 9.70             | 39.00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 40    | 2.45          | 3.10              | 0.30    | 20.10            | 95.00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20    | 1.36          | 1.30              | 0.20    | 8.50             | 41.00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 87.32         | 22.90             | 16.10   | 79.30            | 556.00                                   |
| Обед                          |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100   | 11.11         | 1.10              | 0.20    | 3.80             | 24.00                                    |
| 2011                          | 102              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ                   | 250   | 8.65          | 5.70              | 5.40    | 18.90            | 147.00                                   |
| 2011                          | 269              | БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ (100/5)     | 105   | 66.35         | 15.80             | 24.50   | 12.60            | 333.00                                   |
| 2011                          | 203              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ          | 180   | 15.57         | 6.60              | 7.60    | 41.90            | 262.00                                   |
| 2011                          | 389              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                    | 200   | 28.80         | 1.00              | 0.20    | 19.60            | 83.00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 60    | 3.06          | 4.60              | 0.40    | 30.10            | 142.00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20    | 1.13          | 1.30              | 0.20    | 8.50             | 41.00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 134.67        | 36.10             | 38.50   | 135.40           | 1,032.00                                 |
| Полдник                       |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                  | ПЕЧЕНЬЕ                                          | 20    | 2.40          | 1.50              | 2.00    | 14.90            | 83.00                                    |
| 2011                          | 15               | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                   | 20    | 16.77         | 4.60              | 5.90    | 0.00             | 73.00                                    |
| 2022                          | 83               | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ<br>УПАКОВКЕ                | 200   | 35.75         | 5.60              | 4.90    | 9.30             | 105.00                                   |
| 2011                          | 338              | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)                            | 120   | 42.00         | 0.50              | 0.40    | 12.40            | 56.00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 30    | 1.70          | 2.00              | 0.30    | 12.70            | 61.00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 98.62         | 14.20             | 13.50   | 49.30            | 378.00                                   |
| Всего                         |                  |                                                  |       | 320.61        | 73.20             | 68.10   | 264.00           | 1,966.00                                 |

Повар \_\_\_\_\_ (Ткачук Т.А.)