

ИП Пономаренко Р.А.



Утверждаю

Директор школы №31

Матюшенко Е.А.

## МЕНЮ

" 05" декабря 2023 г.

7-11 лет

7 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>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                       |                     |                                                                         |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)                          | 60    | 8.18          | 0.50              | 0.10    | 1.50             | 8.00                                     |
| 2011                          | 297                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ<br>БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95    | 59.08         | 13.40             | 16.60   | 6.90             | 231.00                                   |
| 2011                          | 312                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                       | 150   | 25.81         | 3.30              | 5.30    | 22.30            | 137.00                                   |
| 2011                          | 389                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                                           | 200   | 28.80         | 1.00              | 0.20    | 20.20            | 86.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                          | 30    | 1.84          | 2.30              | 0.20    | 15.10            | 71.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                                         |       | 123.71        | 20.50             | 22.40   | 66.00            | 533.00                                   |
| Обед                          |                     |                                                                         |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)                        | 60    | 9.09          | 0.70              | 0.10    | 2.30             | 14.00                                    |
| 2011                          | 108                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>КЛЕЦКАМИ                                          | 250   | 13.08         | 3.60              | 4.60    | 18.80            | 144.00                                   |
| 2011                          | 270                 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)                         | 95    | 79.27         | 11.40             | 16.70   | 9.00             | 232.00                                   |
| 2021                          | 3                   | РИС С ОВОЩАМИ                                                           | 150   | 11.57         | 3.40              | 4.30    | 31.60            | 179.00                                   |
| 2021                          | 8                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                                           | 200   | 1.37          | 0.20              | 0.00    | 10.10            | 41.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                          | 30    | 1.84          | 2.30              | 0.20    | 15.10            | 71.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                             | 30    | 2.04          | 2.00              | 0.30    | 12.70            | 61.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                                         |       | 118.26        | 23.60             | 26.20   | 99.60            | 742.00                                   |
| Полдник                       |                     |                                                                         |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                       | 35    | 19.71         | 4.10              | 6.10    | 10.60            | 114.00                                   |
| 2022                          | 83                  | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ<br>УПАКОВКЕ                                       | 200   | 36.14         | 5.60              | 4.90    | 9.30             | 105.00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)                                                   | 100   | 41.67         | 0.40              | 0.30    | 10.30            | 47.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                                         |       | 97.52         | 10.10             | 11.30   | 30.20            | 266.00                                   |
| Всего                         |                     |                                                                         |       | 339.49        | 54.20             | 59.90   | 195.80           | 1,541.00                                 |

Повар Ткачук Т.А. (Ткачук Т.А. )