

ИП Пономаренко Р.А.



Утверждаю

Директор школы №31

Матюшенко Е.А.

## МЕНЮ

"31" января 2024 г.

12-18 лет

8 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                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 35    | 22.98         | 4.10              | 6.10    | 10.60            | 114.00                                   |
| 2011                          | 175                 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>РИСА И ПШЕНА          | 250   | 28.66         | 7.10              | 13.20   | 40.00            | 308.00                                   |
| 2008                          |                     | ПРЯНИКИ                                          | 40    | 13.57         | 2.40              | 1.90    | 30.00            | 146.00                                   |
| 2021                          | 8/1                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200   | 1.91          | 0.40              | 0.00    | 10.50            | 44.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 40    | 2.45          | 3.10              | 0.30    | 20.10            | 95.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 69.57         | 17.10             | 21.50   | 111.20           | 707.00                                   |
| Обед                          |                     |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 103                 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                        | 100   | 8.80          | 1.60              | 5.10    | 5.30             | 76.00                                    |
| 2011                          | 102                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ                   | 250   | 9.54          | 5.70              | 5.40    | 18.90            | 147.00                                   |
| 2005                          | 240                 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105   | 34.97         | 14.10             | 6.10    | 9.50             | 150.00                                   |
| 2011                          | 145                 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С<br>ЛУКОМ                   | 180   | 18.81         | 3.90              | 12.70   | 27.50            | 246.00                                   |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                           | 200   | 6.15          | 0.10              | 0.10    | 27.90            | 113.00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 60    | 3.06          | 4.60              | 0.40    | 30.10            | 142.00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 60    | 3.40          | 4.00              | 0.50    | 25.40            | 122.00                                   |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 84.73         | 34.00             | 30.30   | 144.60           | 996.00                                   |
| Полдник                       |                     |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 63                  | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ                                 | 70    | 41.08         | 3.70              | 10.20   | 19.00            | 207.00                                   |
| 2011                          | 386                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ЙОГУРТ)                | 200   | 25.48         | 5.60              | 5.00    | 9.00             | 113.00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)                         | 100   | 41.31         | 0.60              | 0.60    | 15.40            | 72.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 107.87        | 9.90              | 15.80   | 43.40            | 392.00                                   |
| Всего                         |                     |                                                  |       | 262.17        | 61.00             | 67.60   | 299.20           | 2,095.00                                 |

Повар Ткачук Т.А. Ткачук Т.А. )