

ИП Орлов А.О.



Утверждаю

Директор школы №31\_

Матюшенко Е. А.

# МЕНЮ

"21" марта 2025 г.

12-18 лет

## 5 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                          | 181                 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>МАННОЙ КРУПЫ          | 235   | 38.43         | 6.70              | 12.00   | 35.60            | 277.00                                   |
| 2021                          | 11/1                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ                    | 200   | 19.70         | 3.40              | 2.40    | 21.30            | 121.00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                           | 100   | 21.32         | 0.40              | 0.40    | 9.80             | 47.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 50    | 3.60          | 3.80              | 0.30    | 25.10            | 118.00                                   |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 83.05         | 14.30             | 15.10   | 91.80            | 563.00                                   |
| Обед                          |                     |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100   | 25.26         | 1.10              | 0.20    | 3.80             | 24.00                                    |
| 2011                          | 99                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ                                    | 250   | 15.90         | 1.80              | 5.10    | 10.80            | 97.00                                    |
| 2011                          | 269                 | БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ (100/5)     | 105   | 85.12         | 15.80             | 24.50   | 12.60            | 333.00                                   |
| 2011                          | 203                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ          | 180   | 20.72         | 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                                   | 50    | 3.00          | 3.80              | 0.30    | 25.10            | 118.00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 30    | 2.00          | 2.00              | 0.30    | 12.70            | 61.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 180.80        | 32.10             | 38.20   | 126.50           | 978.00                                   |
| Полдник                       |                     |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 209                 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                    | 40    | 12.15         | 5.00              | 4.50    | 0.30             | 61.00                                    |
| 2011                          | 15                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                   | 30    | 33.99         | 7.00              | 8.90    | 0.00             | 109.00                                   |
| 2022                          | 83                  | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ<br>УПАКОВКЕ                | 200   | 31.20         | 5.60              | 4.90    | 9.30             | 105.00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)                            | 100   | 33.94         | 0.40              | 0.30    | 10.30            | 47.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 15    | 1.00          | 1.00              | 0.10    | 6.40             | 31.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 112.28        | 19.00             | 18.70   | 26.30            | 353.00                                   |
| Всего                         |                     |                                                  |       | 376.13        | 65.40             | 72.00   | 244.60           | 1,894.00                                 |

Повар Ткачук Т.А. (Ткачук Т.А. )