

ИП Орлов А.О.



Утверждаю

Директор школы №31

Матюшенко Е. А.

"01" апреля 2025 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                       |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ            | 60    | 20.53         | 1.10              | 5.30    | 4.60             | 55.00                                    |
| 2011                          | 289                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                  | 200   | 94.05         | 14.40             | 13.40   | 17.40            | 248.00                                   |
| 2011                          | 389                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                  | 200   | 28.80         | 1.00              | 0.20    | 20.20            | 86.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20    | 1.44          | 1.50              | 0.10    | 10.00            | 47.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20    | 1.60          | 1.30              | 0.20    | 8.50             | 41.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                |       | 146.42        | 19.30             | 19.20   | 60.70            | 477.00                                   |
| Обед                          |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 27.29         | 0.50              | 0.10    | 1.50             | 8.00                                     |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ                | 250   | 14.99         | 2.20              | 5.80    | 13.10            | 116.00                                   |
| 2023                          | 83                  | БЕФСТРОГАНОВ                                   | 90    | 32.71         | 11.20             | 28.60   | 5.00             | 334.00                                   |
| 2021                          | 3                   | РИС С ОВОЩАМИ                                  | 150   | 13.66         | 3.40              | 4.30    | 31.60            | 179.00                                   |
| 2021                          | 8                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200   | 1.77          | 0.20              | 0.00    | 10.10            | 41.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30    | 2.16          | 2.30              | 0.20    | 15.10            | 71.00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 30    | 2.40          | 2.00              | 0.30    | 12.70            | 61.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                |       | 94.98         | 21.80             | 39.30   | 89.10            | 810.00                                   |
| Полдник                       |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                              | 40    | 29.66         | 4.60              | 7.00    | 12.10            | 130.00                                   |
| 2022                          | 83                  | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ<br>УПАКОВКЕ              | 200   | 31.20         | 5.60              | 4.90    | 9.30             | 105.00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)                       | 100   | 35.87         | 0.60              | 0.60    | 15.40            | 72.00                                    |
| Итого                         |                     |                                                |       | 96.73         | 10.80             | 12.50   | 36.80            | 307.00                                   |
| Всего                         |                     |                                                |       | 338.13        | 51.90             | 71.00   | 186.60           | 1,594.00                                 |

Повар Ткачук Т.А. (Ткачук Т.А. )