

ИП Орлов А.О.



Утверждаю

Директор школы № 31

Матюшенко Е. А

## МЕНЮ

" 03 " апреля 2025 г.

7-11 лет

9 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                       |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)   | 60    | 27.29         | 0.50              | 0.10    | 1.50             | 8.00                                     |
| 2011                          | 270              | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)  | 95    | 109.97        | 11.40             | 16.70   | 9.00             | 232.00                                   |
| 2023                          | 51               | КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ                            | 150   | 18.55         | 6.30              | 7.90    | 37.10            | 245.00                                   |
| 2011                          | 389              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                    | 200   | 28.80         | 1.00              | 0.20    | 19.60            | 83.00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20    | 1.44          | 1.50              | 0.10    | 10.00            | 47.00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 186.05        | 20.70             | 25.00   | 77.20            | 615.00                                   |
| Обед                          |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 20.47         | 0.70              | 0.10    | 2.30             | 14.00                                    |
| 2022                          | 4                | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И<br>ТОМАТОМ           | 250   | 19.79         | 3.00              | 2.80    | 24.10            | 137.00                                   |
| 2011                          | 289              | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                    | 170   | 57.69         | 12.20             | 11.40   | 14.80            | 211.00                                   |
| 2011                          | 386              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ЙОГУРТ)                | 180   | 22.61         | 5.00              | 4.50    | 8.10             | 102.00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 60    | 4.32          | 4.60              | 0.40    | 30.10            | 142.00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 50    | 4.00          | 3.30              | 0.40    | 21.20            | 102.00                                   |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 128.88        | 28.80             | 19.60   | 100.60           | 708.00                                   |
| 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 (АПЕЛЬСИН)                         | 100   | 23.28         | 0.90              | 0.20    | 8.10             | 43.00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 84.14         | 11.10             | 12.10   | 29.50            | 278.00                                   |
| Всего                         |                  |                                                  |       | 399.07        | 60.60             | 56.70   | 207.30           | 1,601.00                                 |

Повар: Ткачук Т.А. (Ткачук Т.А.)