



МЕНЮ
10 ноября 2023 г.
11-17 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	444	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	230	13,55	9,7	26,6	49,3	476
2008		ЙОГУРТ	125	28,16	3,5	3,1	5,6	71
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,06	0,2		15,1	61
Итого				43,77	13,4	29,7	70	608
Обед								
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ	55/20	25,88	6,7	15,3	11,8	211
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	9,98	3,2	5,3	21,7	147
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,06	0,2		15,1	61
2008	468	ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	65	4,03	4,9	10,7	32,4	243
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,25	2	0,4	11,9	59
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	46,33	8,7	16,5	13,2	257
Итого				90,53	25,7	48,2	106,1	978
Всего				134,30	39,1	77,9	176,1	1586

повар _____ Груздкова Е.В.