



МЕНЮ
13 ноября 2023 г.

11-17 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,21	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,06	0,2		15,1	61
2008		БАТОН	20	2,23	1,6	0,2	9,8	48
2008		ВАФЛИ	20	10,76	0,6	0,7	15,5	71
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	7,74	5,9	8,7	21,9	189
Итого				31,00	8,4	17,9	62,4	444
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	27,82	6,6	8,6	8,7	140
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	14,34	4,2	8,7	42,8	265
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	175	32,30	17,9	13,7	13,5	249
2008	411	КИСЕЛЬ	200	4,33	0,1	0,1	27,9	113
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,6	0,5	15,8	79
Итого				81,79	31,4	31,6	108,7	846
Всего				112,79	39,8	49,5	171,1	1290

повар _____ Груздкова Е.В.