

Согласовано

Директор
Начикинская СШ"
/Рылова Л.А./



МЕНЮ

25 ноября 2024 г.

1-5 КЛАСС

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,03		7,9	0,1	72
2011	349	СОУС БОЛОНЬЕЗЕ	90	69,34	14,4	15,9	2,8	212
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	10,99	4,9	5,3	31,1	191
2011	180	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	13,56	3,6	1,6	15,3	89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,22	3,8	0,3	25	118
2008		ЯБЛОКО	100	16,79	0,4	0,4	9,8	47
Итого				126,93	27,1	31,4	84,1	729
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	26,50	0,5	2,9	2,2	37
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ) С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ	210	21,61	4,3	7,3	10,8	126
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ	90	40,67	8,7	17	5	208
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,92	6,6	6,6	30	205
2011	388	МОРС ИЗ БРУСНИКИ	200	10,28	0,2	0,7	13,2	54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,89	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,85	2,2	0,3	13,9	67
2008		ГРУША	100	19,72	0,4	0,3	10,3	47
Итого				137,44	24,4	35,2	95,4	791
Полдник								
2008	435	ЙОГУРТ	200	53,86	3,9	2,9	5,8	93
2011	410	ВАТРУШКИ	100	14,21	5,7	5,2	63,2	320
2008		ВИНОГРАД	100	62,16	0,6	0,6	14,9	70
Итого				130,23	10,2	8,7	83,9	483
Всего				394,60	61,7	75,3	263,4	2003

повар

Монахава Т.В

Согласовано



Директор
"Нанкинская СШ"
/Рылова Л.А./

МЕНЮ

25 ноября 2024 г.

6-11 КЛАСС

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,03		7,9	0,1	72
2011	349	СОУС БОЛОНЬЕЗЕ	100	77,70	16,2	17,7	3,1	236
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	12,07	5,9	5,4	37,7	223
2011	180	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	12,92	3,6	1,6	15,3	89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,22	3,8	0,3	25	118
2008		ЯБЛОКО	100	16,83	0,4	0,4	9,8	47
Итого				135,77	29,9	33,3	91	785
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	44,20	0,9	5	3,5	62
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ) С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ	260	26,81	5,3	9,1	13,2	157
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ	100	45,14	9,7	18,9	5,5	232
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	13,15	8	7,8	36,1	247
2011	388	МОРС ИЗ БРУСНИКИ	200	10,28	0,2	0,7	13,2	54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	4,33	2,3	0,2	15	71
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,82	2,6	0,3	16,7	80
2008		ГРУША	100	19,75	0,4	0,3	10,3	47
Итого				169,48	29,4	42,3	113,5	950
Всего				305,25	59,3	75,6	204,5	1735

повар

Монахава Т.В

