



МЕНЮ

07 октября 2021 г.

ЗАВТРАК 7-11 лет

№ рецеп.	Наименование продуктов	Выход, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ККал
20	Салат из свежих огурцов	1\60	7,84	0,845	3,61	4,956	55,68
443	Плов из говядины	1\50\150	61,92	16,2	8,85	28,35	262,5
	Хлеб пшеничный Городской	1\30	2,30	2,1	0,6	15	71,7
	Хлеб ржано-пшеничный Бородинский новый	1\15	1,42	1,005	0,165	7,425	35,55
631	Компот из яблок и вишни	1\180	9,41	0,288	0,072	25,38	104,94
	Итого:		82,89				

ОБЕД 7-11 лет

№ рецеп.	Наименование продуктов	Выход, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ККал
	Помидоры свежие порц.	1\60	6,89	0,42	0,06	1,14	7,2
132	Рассольник Ленинградский с говядиной	1\25\200	37,65	6,788	7,113	16,63	158,94
ТТК	Филе трески, запеченное с овощами	1\75\25	51,09	17,55	9,75	8,4	195
520	Пюре картофельное	1\150	16,30	3	5	20,425	137,19
	Хлеб пшеничный Городской	1\30	2,30	2,1	0,6	15	71,7
	Хлеб ржано-пшеничный Бородинский новый	1\30	2,85	2,01	0,33	14,85	71,1
680	Чай с сахаром и лимоном	1\180\7	4,34	0,063	0,018	13,5	54
	Печенье "Кружева Василисы"	1\30	5,52	2,5	5	21	140
	Яблоко свежее	1\100	7,15	0,4	0,4	9,8	47
	Итого:		134,09				

КОМПЛЕКС 12-18 лет

№ рецеп.	Наименование продуктов	Выход, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ККал
	Салат из свежих огурцов, зел.горошек	1\80	13,34				81,396
443	Плов из говядины	1\50\200	64,38				358,5
	Хлеб пшеничный Городской	1\30	2,30				71,7
	Хлеб ржано-пшеничный Бородинский новый	1\30	2,85				71,1
631	Компот из яблок и вишни	1\200	10,46				113,34
	Яблоко свежее	1\122	8,67				57
	Итого:		102,00				

Директор _____ /Приходько А.И./

Зав. Производством _____ /Долгова Т.В./

Калькулятор _____ /Щербак С.Ю./

Буфетчица _____ /Миллер Е.В./

Директор шк _____ /Летостаева Т.В./