

Утверждаю

Директор

МБОУ ООШ № 2 г. Углегорска

/Шестаков А.В./

МЕНЮ

4 декабря 2023 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
1-4 завтрак								
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	49,03	10,9	25,3	3,5	290
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,92	3,7	6,3	32,8	203
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,47	0,2		15	61
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				68,97	19,1	32,1	79,1	686
5-9 тжс завтрак								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	6,95	1,1	3,3	8,5	68
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	49,02	10,8	26,2	3,5	294
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	25,69	4,1	4,7	17,9	134
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
Итого				93,08	18,3	34,4	64,4	644
5-9 иные завтрак								
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	49,02	12,1	28,1	4,1	323
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	26,02	4,2	5,1	17,7	138
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				89,20	20,6	33,7	69	670
1-4 ОБЗ завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	200	39,10	10,8	17,1	40,4	359
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/16/7	5,16	0,3		15,6	65
2008		БАТОН	40	4,80	3,2	0,4	19,6	95
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	26,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				75,06	14,7	17,9	85,1	565
1-4 ОБЗ обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	6,95	1,1	3,3	8,5	68
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	250	28,05	10	7,3	26,1	210
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	49,02	10,8	26,2	3,5	294
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	21,64	3,5	4,7	15,1	118
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,42	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				117,41	29,7	42	100,4	899
5-9 ОБЗ завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	200	39,10	10,9	18,4	40,3	371
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	5,76	0,3		20	82
2008		БАТОН	40	4,80	3,2	0,4	19,6	95
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,00	0,1	8,3	0,1	75
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200	52,00	0,8	0,8	19	91
Итого				110,66	15,3	27,9	99	714
5-9 ОБЗ обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	11,41	1,8	5	13,6	106
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	250	28,05	10	7,6	25,7	210
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	49,03	12,1	29,4	3,9	329
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	26,28	4,2	5,2	18,1	140
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,47	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	26,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				153,58	32,8	48,1	118	1040
ГПД								
2011	414	ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ	100	19,67	6,6	3,7	59,6	298
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,45	0,2		15	61
Итого				22,12	6,8	3,7	74,6	359

Зав.производством

Пех Н.Е.

повар

Корнилова Е.Н.