

Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Угледгорска
Шестаков А.В./

МЕНЮ

5 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								
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	90	48,35	17,5	1	0,5	82
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	25,88	3	17,4	21	253
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,45	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				82,23	25	18,9	64,3	528
5-9 тжс завтрак								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8,77	0,5	5,6	3,3	66
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	90	48,27	17,6	1	0,5	82
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	31,48	3,6	21,4	25,2	309
2008	411	КИСЕЛЬ	205	7,94			28,6	114
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
Итого				99,28	24	28,2	72,7	642
5-9 иные завтрак								
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	90	48,34	17,6	1	0,6	82
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	31,48	3,6	13,6	25,1	239
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,90			28,2	113
		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				93,27	25,5	15,1	81,7	566
1-4 ОБЗ завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	22,08	4,6	4,4	19,9	138
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,57	3,8	3	24,5	142
2008		БАТОН	40	0,17	3,2	0,4	19,6	95
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14,14	3,5	4,5		55
2008		ЯБЛОКО	100	26,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				85,97	15,6	21	73,9	552
1-4 ОБЗ обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	14,88	0,8	10,1	5,6	117
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	32,17	7,5	10,4	16,9	192
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	90	48,57	17,7	1	0,5	82
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	25,61	3	17	21	250
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,90			28,4	114
		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				134,68	33,3	39	100,2	887
5-9 ОБЗ завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	22,09	4,7	13,2	19,7	217
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,57	3,7	3	24,5	140
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	65	27,30	6,5	12,7	19,7	220
2008		АПЕЛЬСИН	150	37,50	1,4	0,3	12,2	65
Итого				101,46	16,3	29,2	76,1	642
5-9 ОБЗ обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	14,86	0,8	10,1	5,6	117
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	32,17	7,5	9,8	16,4	184
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	90	48,56	17,6	1	0,5	82
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	31,48	3,6	20,6	25,2	302
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,75			28	112
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
2008		АПЕЛЬСИН	100	25,00	0,9	0,2	8,1	43
Итого				165,37	34,7	42,2	111,6	972
гпд								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	17,16	4,9	8	30,1	212
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,45	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				22,34	7,1	8,3	57,8	334

Зав.производством

Пех Н.Е.

повар

Корнилова Е.Н.