

Утверждаю

И.о.директора
МБОУСОШ№1 им. К.Г. Мохова р.п. Башмаково
_____/Захарова И.В./

МЕНЮ

8 декабря 2022 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	
7-18 лет Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	11,61	5,5	7,5	32,1	218
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,20	0,2		19,8	80
2008		БАТОН	35	3,00	2,6	1	18	92
Итого				16,81	8,3	8,5	69,9	390
7-11 лет Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	6,61	0,8	6	4,2	75
2011	95	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ	250	15,99	6,8	9,7	18,8	190
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,02	4,1	4,6	42,7	228
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	140	43,94	17,8	10,5	1	169
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	4,8	0,1		20,5	83
2008		ХЛЕБ "НОВЫЙ"	30	1,52	2,3	0,2	15,1	71
2008		ГРУША	115	20,70	0,5	0,3	11,8	54
Итого				104,58	32,4	31,3	114,1	870
12-18 лет Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	5,10	0,3	0,1	1,1	7
2011	95	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ	230	10,15	5,5	7	13,4	138
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	7,26	4,1	0,6	42,7	192
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	21,55	11,5	6,4	2,9	116
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,20	0,2		19,8	80
2008		ХЛЕБ "НОВЫЙ" 0,650 КГ	35	1,62	2,7	0,2	17,6	83
Итого				47,88	24,3	14,3	97,5	616

Медсестра _____ Косоротикова Г.В.