

Утверждаю

Директор школы №14

Г.И. Подставцева



МЕНЮ

" 17 " марта 2025 г.

7-11 лет

4 день

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								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	20,01	0,50	0,10	1,50	8,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (90/10), КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	113,72	22,00	11,00	24,00	270,00
2011	389	ПШЕНИНЫЙ/РЖАННОЙ	50	3,49	4,00	0,00	23,00	108,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,00	20,00	86,00
Итого				163,62	26,50	11,10	68,50	472,00
Обед								
2008		КАБАЧКОВАЯ ИКРА	60	18,72	1,00	5,00	5,00	55,00
2011	113	ДОМАШНИЙ СУП-ЛАПША	250	3,64	3,00	6,00	14,00	120,00
2023	12	ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР	90	52,20	16,00	17,00	4,00	235,00
2021	3	ОВОЩИ С РИСОМ	150	11,61	3,00	4,00	32,00	179,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,32	0,00	0,00	10,00	41,00
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,02	3,00	0,00	20,00	95,00
2008		РЖАННОЙ	20	1,32	1,00	0,00	9,00	41,00
Итого				91,83	27,00	32,00	94,00	766,00
Полдник								
2023	101	ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ	100	29,88	8,00	3,00	30,00	249,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,31	0,00	0,00	10,00	41,00
Итого				31,19	8,00	3,00	40,00	290,00
Всего				286,64	61,50	46,10	202,50	1 528,00

Повар

Александрова Н.А.

Утверждаю

Директор школы №14

Г.Л. Попова

МЕНЮ

" 17 " января 2025 г.

12-18 ЛЕТ

4 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	22,22	0,80	0,10	2,50	14,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (90/10), КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	300	105,98	26,00	13,00	28,00	338,00
2011	389	ПШЕНИНЫЙ/РЖАННОЙ	70	5,00	5,00	0,00	32,00	120,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,00	20,00	83,00
Итого				159,60	32,80	13,10	82,50	555,00
Обед								
2008		КАБАЧКОВАЯ ИКРА	100	24,01	2,00	9,00	7,00	91,00
2011	113	ДОМАШНИЙ СУП-ЛАПША	250	3,60	3,00	5,00	14,00	120,00
2023	12	ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР	100	58,02	18,00	19,00	4,00	261,00
2021	3	ОВОЩИ С РИСОМ	180	13,97	4,00	5,00	38,00	215,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,88	0,00	0,00	10,00	44,00
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,78	4,00	0,00	25,00	118,00
2008		РЖАННОЙ	40	2,64	2,00	0,00	17,00	82,00
Итого				107,90	33,00	38,00	115,00	931,00
Полдник								
2023	101	ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ	150	37,86	10,00	3,30	32,10	283,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,88	0,00	0,00	10,00	44,00
Итого				39,74	10,00	3,30	42,10	327,00
Всего				307,24	75,80	54,40	239,60	1 813,00

Повар

Смирнов

