

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник ЛДП

И.И. Маслова

МЕНЮ

28.06.2021

ШКОЛА МАОУ СОШ № 10

ДЕНЬ 1

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	закуска	ТК № 262	Яйцо отварное	40	12,00	63	5,1	4,6	0,28	
	закуска	ТТК № 134	Горячий бутерброд (сыр, сметана, помидор)	60	11,69	104	8	8,6	15,34	
	хлеб	ТТК № 53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,35	104,23	2,46	0,64	20,58	
	гор. блюдо	ТТК № 360	Греча по-купечески	250	62,09	244,5	10,5	6,1	34,86	
	напиток	ТК № 2	Чай с лимон	200/5	4,11	60	0,3	0	15,2	
				ИТОГ:	560	91,24	703,48	28,08	26,75	100,1
ОБЕД	1 блюдо	ТТК № 81	Сметана для супа	5	1,27	10,5	0,15	0,1	0	
	1 блюдо	ТК № 79	Борщ с капустой и картофелем*	200	12,16	96	1,76	4,24	12,96	
	напиток	ТТК № 15	Кисель витаминизированный "Амилорос"	200	10,37	67	0,3	0	28,2	
	гарнир	ТК № 187	Пюре картофельное*	150	19,66	189	3,46	4,85	20,65	
	2 блюдо	ТТК № 612	Зразы из свинины с луком и яйцом	90	47,44	141,03	13,59	7,56	8,01	
	закуска	ТТК № 109	Салат из свежей капусты(с горошком зеленым)	60	4,52	49,2	0,9	2,7	4,92	
	хлеб	ТТК № 53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,25	173,8	4,1	1,07	34,3	
	хлеб	ТТК № 58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,59	104,23	2,46	0,64	20,58	
				ИТОГ:	895	99,26	962,41	29,35	31,24	137,15
				ИТОГ:		190,50	1665,89	57,43	57,99	237,25

Старший повар:

И.И. Маслова