

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник ЛДП

МЕНЮ

02.07.2021

Приятного аппетита!

ДЕНЬ 5

ШКОЛА № 10

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У	
завтрак	напиток	1	Чай с сахаром	200	1,96	53	0,2	0	13,7	
	закуска	157	Масло сливочное для бутербродов	10	7,31	58	0,1	6,4	0,12	
	гор блюдо	187	Пюре картофельное*	150	19,66	189	3,46	4,85	20,65	
	гор блюдо	31	Соус красный основной*	50	1,33	20,15	0,32	0,91	2,57	
	гор блюдо	414	Тефтели рыбные (филе минтая)	90	39,08	131	15,42	10,38	10,5	
	фрукты	161	Яблоки	130	15,78	70,5	0	0	17,64	
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,25	173,8	4,1	1,07	34,3	
				ИТОГО:	620	87,37	695,45	23,6	23,61	99,48
	обед	2 блюдо	602	Свинина тушеная с овощами	50/50	55,98	221	14,5	13,7	4,7
1 блюдо		81	Сметана для супа	5	1,27	10,5	0,15	0,1	0	
1 блюдо		58	Щи из свежей капусты и картофеля*	200	10,53	70,4	1,6	3,44	8	
гарнир		257	Перловка отварная	130	5,00	139,3	3,8	8,3	18,9	
гарнир		233	Овощи припущенные гарнир	20	7,03	20,4	0,75	1,05	1,86	
напиток		28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	8,05	102	0,2	0,1	25	
сладкое		пром	Конфета	1 шт	4,71	53,3	0,3	1,8	9,6	
хлеб		53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,25	173,8	4,1	1,07	34,3	
хлеб		58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,65	173,8	4,1	1,07	34,3	
закуска		87	Огурец свежий	40	5,66	7	0,4	0	1,1	
				ИТОГО:	828	103,64	971,5	29,9	30,63	137,76
			ИТОГО за день:	1448	190,50	1666,95	53,5	54,24	237,24	

Старший повар

