

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник ЛДП

**М Е Н Ю**

06.07.2021

Приятного аппетита!

ШКОЛА № 10

ДЕНЬ 7

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
завтрак	гор блюдо	51	сгущенное молоко для пудингов и запеканок	20	7,54	57,5	1,4	1,6	10,5
	гор блюдо	264	Сырники из творога с морковью	150	49,15	295,67	13,5	17,2	23,29
	напиток	3	Чай с молоком	200	17,54	137	4,3	3,3	15,67
	закуска	153	Салат из свежих фруктов	80	17,46	73,87	1,12	0,7	15
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,33	173,8	4,1	1,07	34,3
				ИТОГО:	500	94,02	737,84	24,42	23,79
обед	1 блюдо	81	Сметана для супа	5	1,27	10,5	0,15	0,1	0
	1 блюдо	54	Борщ Сибирский*	200	11,64	94,4	3,12	3,44	12,8
	гарнир	189	Каша рассыпчатая гречневая	150	12,68	257,8	8,2	5,4	21,2
	напиток	15	Кисель витаминизированный "Амилорос"	200	10,37	67	0,3	0	28,2
	закуска	113	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60	10,64	67	0,6	6	2,1
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,64	104,28	2,46	0,64	20,58
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	51	2,36	173,8	4,1	1,07	34,3
	2 блюдо		Бефстроганов (куриное филе, сметана, лук, масло сливочн)	45/45	45,88	154	10,8	14,8	5,9
			ИТОГО:	815	96,48	998,3	31,37	31,88	138,8
			ИТОГО за день:	1315	190,50	1736,14	55,79	55,67	237,56

Старший повар

