

УТВЕРЖДАЮ:  
Начальник ЛДП

*Н.И. Мельникова*

# МЕНЮ

08.07.2021

Приятного аппетита!

ШКОЛА № 10

ДЕНЬ 9

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Б	Ж	У	калор
завтрак	гор блюдо	187	Пюре картофельное*	150	19,66	3,3	4,8	20,6	189
	закуска	43	Паста шоколадная для бутербродов	15	11,29	0,4	5,8	1,22	62,2
	напиток	1	Чай с сахаром	200	1,96	0,2	0	13,7	53
	гор блюдо	49	Масло для поливки блюд	5	3,66	0,05	3,2	0,06	29
	хлеб	53	Булка Сухолюбская Витаминизированная	50	2,33	4,1	1,07	34,3	173,8
	гор блюдо	616	Рыба (филе минтая) отварная под маринадом	90	38,23	15,5	9,5	26,4	158
			<b>ИТОГО:</b>	<b>510</b>	<b>77,13</b>	<b>23,55</b>	<b>24,37</b>	<b>96,28</b>	<b>665</b>
обед	1 блюдо	81	Сметана для супа	5	1,27	0,15	0,08	0	10,5
	1 блюдо	66	Суп из овощей*	200	10,54	1,76	3,52	9,92	79,2
	2 блюдо	303	Гуляш из мяса говядины*	50/50	73,24	16,7	20,7	5,4	221
	гарнир	214	Рис отварной рассыпчатый	150	10,37	3,6	6	36,8	189,33
	напиток	13	Компот из изюма	200	6,11	0,3	0	25,6	100
	закуска	87	Огурец свежий	50,00	6,33	0,4	0	1,1	7
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,73	4,1	1,07	34,3	173,8
	хлеб	53	Булка Сухолюбская Витаминизированная	60	2,78	4,1	1,07	34,3	173,8
			<b>ИТОГО:</b>	<b>805</b>	<b>113,37</b>	<b>31,11</b>	<b>32,44</b>	<b>147,42</b>	<b>954,63</b>
			<b>ИТОГО за день:</b>	<b>1315</b>	<b>190,50</b>	<b>54,66</b>	<b>56,81</b>	<b>243,7</b>	<b>1619,63</b>

Старший повар \_\_\_\_\_

*Рез*