

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник ЛДП

руч Н.М. Досянова

М Е Н Ю

16.07.2021

Приятного аппетита!

ШКОЛА № 10

ДЕНЬ

15

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Б	Ж	У	калор
завтрак	напиток	3	Чай с молоком	200	17,54	0,36	5,79	2,27	62,19
	гор блюдо	49	Масло для поливки блюд	5	3,66	0,05	3,2	0,06	29
	закуска	157	Паста шоколадная для бутербродов	15	11,29	0,36	5,79	2,27	62,19
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,33	6,56	1,7	55,1	278,1
	гор блюдо	197	Омлет натуральный	150	28,04	10,6	5,8	15,7	198,6
	закуска	109	Салат из свежей капусты(с кукурузой)	100	9,61	1,4	4,5	8,6	82
			ИТОГО:	550	72,47	23,27	24,29	97,4	756,89
обед	2 блюдо	601	Плов из мяса говядины	250	72,46	14,57	26,87	39,8	258,7
	закуска	127	Огурцы консервированные	30	3,18	0,2	0	0,5	3
	1 блюдо	78	Уха (картофель, сайра консервиров, лук репчат, морковь, масл	200	23,05	7	3,52	14,5	116
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	14,28	0	0	24	91
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,33	4,1	1,07	34,3	173,8
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,73	4,1	1,07	34,3	173,8
			ИТОГО:	780	118,03	29,97	32,53	147,4	816,3
			ИТОГО за день:	1330	190,50	53,24	56,82	244,8	1573,19

Старший повар

руч