

Утверждаю

Директор  
МБОУ "Янтиковская СОШ имени Героя Советского Союза П.Х.  
/Моряков Евгений Николаевич/

# МЕНЮ

15.11.2022

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выхо д	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическ ая
					Белки , г	Жиры, г	Угле- воды,	
12-18 лет завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	122	25,81	2,2	6,5	12,9	118
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,57	1,5	1,3	22,4	107
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	18,00	2,5	1,5	25,6	99
2008		ФРУКТЫ	89	15,81	0,7	0,2	6,7	34
Итого				67,19	6,9	9,5	67,6	358
12-18 лет								
2011	46	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	5,63	1,2	5,1	11	97
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	16,11	7	7,2	20,4	175
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,99	4,3	5,5	44,7	245
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50/0/40	32,72	10,1	3,9	2,6	85
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	5,67	0,2	0,2	27,1	111
		ХЛЕБ ЦИВИЛЬНЫЙ ФОРМОВОЙ 0,550	60	2,61	4,1	0,7	26,9	131
Итого				71,72	26,9	22,6	132,7	844

Старший повар

