

Утверждаю

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

МЕНЮ
22.11.2022

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав		
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
12-18 лет завтрак							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	18,44	10,8	16,1	2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,91	0,4		16,4
2008		БАТОН	50	3,56	3,8	1,5	25,7
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	18,00	2,5	1,5	25,6
2008		БАНАН	100	12,99	1,5	0,5	21
Итого				55,90	19	19,6	90,7
12-18 лет							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ	100	5,82	1,7	5,1	10
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	251	16,68	6,2	9,9	9,4
		КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	52/0/40	22,89	0,6	2	2,9
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,08	6,9	6,8	31,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	2,80	0,4		15
		ХЛЕБ ЦИВИЛЬНЫЙ ФОРМОВОЙ 0.580	60	2,86	4,1	0,7	26,9
Итого				60,13	19,9	24,5	95,3

Старший повар

