

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 ноября 2022 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
12-18 лет завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	34,79	2,7	6,1	22,7	156
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	9,34	3,4	2,4	26,9	143
2008		БАТОН	50	3,56	3,8	1,5	25,7	131
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	18,00	2,5	1,5	25,6	99
2008		ГРУША	100	17,34	0,4	0,3	10,3	47
Итого				83,03	12,8	11,8	111,2	576
12-18 лет								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	9,72	4,7	9,5	7,1	133
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	252	15,04	6,4	9,1	16,7	175
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60/0/40	45,24	15,5	6,8	2,7	134
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	9,08	3,8	6,3	25,8	175
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,28			15,7	63
		ХЛЕБ ЦИВИЛЬНЫЙ ФОРМОВОЙ 0.580	60	2,86	4,1	0,7	26,9	131
2008		БАНАН	100	12,98	1,5	0,5	21	96
		СЛОЙКА "КАПРИЗ"	100	17,00	3,6	2,1	36,6	141
Итого				113,20	39,6	35	152,5	1048

Старший повар



Сидорова Л.Н.