



МЕНЮ «25» октября 2022 г.

| № рец. По сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества /г | | | Энергет. ценность | Витамины |
|-----------------|-------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|----------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

Вариант: 2

Сборник рецептур блюд при общеобразовательных Школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004
Сбоник рецептур В.А. Тутельяна 2011

Завтрак 7-11 лет

| | | | | | | | |
|---------------|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|
| 70/71/2017м | Овощи по сезону (помидор соленный) | 60 | 0,36 | 0 | 2,28 | 8,4 | 2,45 |
| 271/331/2017м | Котлеты домашние с соусом | 100 | 13,51 | 8,91 | 9,74 | 198,00 | 0,00 |
| 203/2017м | Макаронны отварные с маслом | 150 | 5,73 | 6,07 | 31,98 | 205,5 | 0,00 |
| 701/2010м | Хлеб пшеничный | 30 | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,80 | 0,00 |
| 378/2017м | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81 | 1,33 |
| | Итого | 540 | 23,43 | 17,05 | 75,92 | 572,70 | 3,78 |

Завтрак 12-18 лет

| | | | | | | | |
|---------------|--|-----|-------|-------|-------|--------|------|
| 70/71/2017м | Овощи по сезону (помидор свежий, соленный) | 100 | 0,6 | 0 | 3,8 | 14 | 4,9 |
| 271/331/2017м | Котлеты домашние с соусом | 100 | 13,51 | 8,91 | 9,74 | 198,00 | 0,00 |
| 203/2017м | Макаронны отварные с маслом | 180 | 6,87 | 7,28 | 38,37 | 246,6 | 0,00 |
| 701/2010м | Хлеб пшеничный | 40 | 3,08 | 0,96 | 21,36 | 106,40 | 0,00 |
| 378/2017м | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81 | 1,33 |
| | Итого | 550 | 25,58 | 18,50 | 89,17 | 646,00 | 6,23 |

Обед ОВЗ 7-11 лет

| | | | | | | |
|-----------|---|--------|------|------|-------|-------|
| 71/2017м | Помидор свежий | 60 | 0,66 | 0,1 | 2,25 | 13,2 |
| 88/2017м | Щи со свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/10 | 1,84 | 5,04 | 8,24 | 92,8 |
| 349/2017м | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124 |
| 701/2010м | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | 72,6 |
| 702/2010м | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | 65,7 |
| | Итого | 530 | 7,43 | 5,78 | 69,61 | 368,3 |

Повар Чубатая Чубатая А.А.