

Утверждаю

Директор
КГБОУ Находкинская КШ
/Богачева Елена Викторовна/

МЕНЮ
12 марта 2024 г.

5 -10 класс



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2010	449	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ*	150	14,3	17	41,2	349
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		15,8	64,8
2008		ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
2011	385	МОЛОКО В Т/П	200	5,9	5,1	9,8	110,5
Итого				20,9	22,7	82,5	599,5
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	90	0,4		3,2	11,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	230	2,2	11,7	15,3	146,1
2015	346	КАЛЬМАР ТУШЕННЫЙ В СМЕТАНЕ*	100	12,2	10	6,8	214,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,5	5,7	13	180,1
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			15,5	61,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,1	0,5	40,1	189,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,6	29,7	142,8
Итого				29,0	28,5	123,6	946,6
Всего				49,9	51,2	206,1	1546,1

медицинская сестра Богачева Посвящённая Евгения Александровна

повар Чеснокова Чеснокова Зинаида Ивановна