

Утверждаю

Директор
КГБОУ Находкинская КШ
/Богачева Елена Викторовна/

МЕНЮ

7 мая 2024 г.

5 -10 класс



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во-ды, г	
Завтрак							
2010	184	КАША ОВСЯНАЯ (ГЕРКУЛЕС)	250	11,6	5,2	38,0	290,0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		15,8	70,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	3,9	9,8	25,1	204,3
2011	385	МОЛОКО В Т/П	200	5,9	5,1	9,8	110,5
Итого				21,5	20,1	88,7	675,3
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	90	0,4		3,2	11,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	230	1,9	9,3	13,3	127,0
2015	253	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ	100	12,0	13	6,0	170,0
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	2,9	4,8	10,8	150,0
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				27,9	28,2	118,6	853,1
Всего				49,4	48,3	207,3	1528,4

медицинская сестра Богачева Посвящённая Евгения Александровна

повар Чеснокова Чеснокова Зинаида Ивановна