

Утверждаю

Е. Богачева



Директор

КГБОУ Находкинская КШ
Богачева Елена Викторовна/

МЕНЮ
26 сентября 2023 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							
2008	190	КАША "ДРУЖБА"					
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	250	5,6	6,2	28,1	201
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	200	1,4	1,1	22,1	65
2008		ЙОГУРТ	60	6,2	7,7	17,3	122
Итого			250	7,9	7,1	16,2	160
				21,1	22,1	83,7	548
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	90	0,2		0,5	4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	230	4,9	1,4	6,5	230
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	18,7	29,8	66,2	410
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			15,5	58
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	2	0,2	22,1	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	1,7	0,2	17,6	52
Итого				1,7	0,2	17,6	52
Всего				27,5	31,6	128,4	818
				48,6	53,7	212,1	1366

медицинская сестра *Е. Посвящённая* Посвящённая Евгения Александровна

повар *З. Чеснокова* Чеснокова Зинаида Ивановна