

Утверждаю



Директор

КГБОУ Находкинская КШ  
/Богачева Елена Викторовна/

# МЕНЮ

11 января 2024 г.

5 -10 класс

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
<b>Завтрак</b>							
2010	449	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ*	180	12,6	15,5	42,1	384
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,3	66,5
		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
<b>Итого</b>				<b>19,4</b>	<b>21,3</b>	<b>83,9</b>	<b>636,2</b>
<b>Обед</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	90	0,7	0,1	1,6	6,9
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	230	2,1	7,8	11,9	113,5
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	10,7	15,7	3,3	193,3
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,9	5,3	22	154,6
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			14,5	97,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	4,8	0,5	32,1	146,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,2	0,6	28,4	125,4
<b>Итого</b>				<b>27,4</b>	<b>30</b>	<b>113,8</b>	<b>837,5</b>
<b>Всего</b>				<b>46,8</b>	<b>51,3</b>	<b>197,7</b>	<b>1473,7</b>

медицинская сестра \_\_\_\_\_

Посвящённая Евгения Александровна

повар \_\_\_\_\_

Чеснокова Зинаида Ивановна