

Утверждаю

Директор
КГБОУ Находкинская КШ
Богачева Елена Викторовна/

МЕНЮ

12 сентября 2023 г.

5 -10 класс



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ					
2008	190.	КАША "ДРУЖБА"	90	2,7	6,2	17,7	137
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	250	5,2	9	26,6	209
2008		ЯБЛОКО	200	1,3	1	11,6	60
2008		ЙОГУРТ	135	0,5	0,5	13,2	63
Итого			107	3	2,7	4,8	60
				12,7	19,4	73,9	529
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	90	0,3		0,7	5
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	230	1,4		6,9	34
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	12,4	26,7	23,5	384
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200			14,5	58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	2,3	0,2	14,9	71
Итого			70	2,2	0,3	14,1	68
Всего				18,6	27,2	74,6	620
				31,3	46,6	148,5	1149

медицинская сестра

Посвящённая Евгения Александровна

повар

Чеснокова Зинаида Ивановна