

Утверждаю

И.о. директора

КГБОУ Находкинская КШ

Тищенко Ольга Николаевна/

МЕНЮ
18 апреля 2024г

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	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ*	180	14,3	17	41,2	349
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,3	66,5
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				21,1	22,8	83	601,2
Обед							
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	90	1,8	0,1	3,8	24
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	230	2,2	5,9	13,7	116,3
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	8,8	17,5	3,5	207
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	5,8	6,3	26,4	185,6
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				29,2	30,9	132,7	926,9
Всего				50,3	53,7	215,7	1528,1

медицинская сестра

Посвящённая Евгения Александровна

повар

Чеснокова Зинаида Ивановна