

Согласовано

Директор
ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"
 /Е.Е. Бочкарева/

МЕНЮ

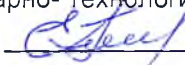
27 мая 2021 г.

7-11 лет.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2015	5/6	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	25,67	14,9	19,3	2,4	241
2015	16/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,66	1,6	1,6	12,1	69
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4,10	0,1	8,3	0,1	75
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,15	3,9	0,5	24	118
		ВАФЛИ	10	1,39	0,4	2,1	4,7	33
Итого				35,97	20,9	31,8	43,3	536
Обед								
2015	31/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	80	5,33	1,1	4	5,9	63
2004	124	ЩИ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/14/10	11,57	4,2	9	10,1	135
2015	10/4	ПЛОВ из риса с морковью и изюмом	150	8,74	3,3	5,5	34,6	203
2004	471	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	90	29,58	14,8	14,4	9,9	229
2004	638	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	3,55	1,2	0,1	24,4	89
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	30	1,29	2,2	0,3	14	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,28	2,3	0,3	13,9	64
Итого				61,34	29,1	33,6	112,8	852
Полдник								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	6,00			30,8	87
2004	358	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	100/20	25,94	18,5	10,9	20,9	256
		АПЕЛЬСИН	250	27,56	1,5	0,3	13,6	72
Итого				59,50	20	11,2	65,3	415
Ужин								
2015	56/3	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	50	13,67	1,5		3	18
2004	264	РУЛЕТ ИЛИ ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ	200	16,24	6,2	8,5	33,3	234
2004	9/7	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	16,17	12	5,3	7,3	127
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,59	0,1		9,7	40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,28	2,3	0,3	13,9	64
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	30	1,29	2,2	0,3	14	69
Итого				49,24	24,3	14,4	81,2	552
Ужин 2								
		СНЕЖОК м.д.ж.2,5 %	150	7,50	4,5	3,8	16,5	117
Итого				7,50	4,5	3,8	16,5	117
				213,55	98,8	94,8	319,1	2472

Согласовано

Директор
ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"

 /Е.Е. Бочкарева/

МЕНЮ

27 мая 2021 г.

12-18 лет.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2015	5/6	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	32,50	18,7	24,1	2,9	304
2015	16/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,69	1,7	1,7	12,2	69
2004	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	60/10	6,25	4	7,8	24,1	184
		ВАФЛИ	25	3,48	0,9	5,3	11,7	82
Итого				44,92	25,3	38,9	50,9	639
Обед								
2015	31/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	100	6,64	1,5	5	7,4	79
2004	124	ЩИ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/14/10	13,03	4,4	7,7	10,2	124
2015	10/4	ПЛОВ из риса с морковью и изюмом	150	8,74	3,3	5,5	34,6	203
2004	471	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100	32,88	16,4	16,3	11	255
2004	638	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	3,55	1,2	0,1	24,4	89
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,55	4,7	0,7	27,8	127
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,15	3,8	0,5	23,3	115
Итого				69,54	35,3	35,8	138,7	992
Полдник								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	6,00			30,8	87
2004	358	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120/15	29,63	21,7	12,5	23,2	290
		АПЕЛЬСИН	250	27,55	1,5	0,3	13,6	72
Итого				63,18	23,2	12,8	67,6	449
Ужин								
2015	56/3	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	50	13,62	1,5		3	18
2004	264	РУЛЕТ ИЛИ ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ	200	16,01	5,5	9,4	33,2	238
2004	9/7	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	120	21,09	16,1	4,9	9,6	150
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,62	0,2	0,1	9,8	40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,55	4,7	0,7	27,8	127
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,15	3,8	0,5	23,3	115
Итого				56,04	31,8	15,6	106,7	688
Ужин 2								
		СНЕЖОК м.д.ж.2,5 %	180	9,00	5,4	4,5	19,8	140
Итого				9,00	5,4	4,5	19,8	140
Всего				242,68	121	107,6	383,7	2908