

Согласовано

Директор

ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"

/Е.Е. Бочкарева/

МЕНЮ

10 ноября 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								
2004	311	КАША РИСОВАЯ	200	10,56	5,1	7	29,6	202
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,72	0,1		9,7	40
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
		БАНАН	250	28,75	3,8	1,3	52,5	240
Итого				42,04	12	8,7	110,4	574
Обед								
2015	20/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (до 01.03)	60	7,85	1,4	5,1	17,5	120
2004	110	"БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/10	7,76	1,6	4,4	8,7	79
2015	27/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	7,89	2,5	4,1	15,2	106
2004	451	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	29,16	14,1	16,4	12,5	255
		СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	6,15			30,8	87
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
Итого				62,45	25,7	30,8	121,8	824
Полдник								
2004	697	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	8,02	5,9	6,6	10,3	123
2004	235	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	120	13,99	3	12,7	22,9	218
Итого				22,01	8,9	19,3	33,2	341
Ужин								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	9,29	0,4	0,1	1,3	9
2015	3/4	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,17	4,3	3,6	22,1	140
2015	2/9	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ	80	19,97	13,7	13,2	1,7	182
2015	15/10	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	2,65	0,2	0,1	9,9	42
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
Итого				40,72	24,7	17,8	72,1	550
Ужин 2								
		ЙОГУРТ фруктово-ягодный с.м.д.ж. 2,5 %	150	9,00	4,2	3,8	19,5	129
Итого				9,00	4,2	3,8	19,5	129
Всего				176,22	75,5	80,4	357	2418

Зав.столовой



Н.Н.Боярская