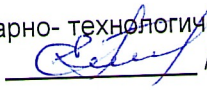


Согласовано

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

МЕНЮ

11 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								
2015	5/6	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	25,84	14,9	19,3	2,4	241
2015	16/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,63	1,6	1,6	12,1	69
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4,48	0,1	8,3	0,1	75
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,51	3,9	0,5	24	118
		ВАФЛИ	10	1,48	0,4	2,1	4,7	33
				36,94	20,9	31,8	43,3	536
Итого								
Обед								
2015	31/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	80	7,42	1,1	4	5,9	63
2004	124	ЩИ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/14/10	14,56	4,2	9	10,1	135
2015	10/4	ПЛОВ из риса с морковью и изюмом	150	9,82	3,3	5,5	34,6	203
2004	471	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	90	30,80	14,8	14,4	9,9	229
2004	638	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	5,18	1,2	0,1	24,4	89
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	30	1,51	2,2	0,3	14	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,22	2,3	0,3	13,9	64
				70,51	29,1	33,6	112,8	852
Итого								
Полдник								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	6,15			30,8	87
2004	358	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	100/20	27,43	18,5	10,9	20,9	256
		АПЕЛЬСИН	250	34,50	1,5	0,3	13,6	72
				68,08	20	11,2	65,3	415
Итого								
Ужин								
2015	56/3	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	50	9,72	1,5		3	18
2004	264	РУЛЕТ ИЛИ ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ	200	20,38	6,2	8,5	33,3	234
2004	9/7	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	18,40	12	5,3	7,3	127
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,72	0,1		9,7	40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,22	2,3	0,3	13,9	64
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	30	1,51	2,2	0,3	14	69
				51,95	24,3	14,4	81,2	552
Итого								
Ужин 2								
		СНЕЖОК м.д.ж.2,5 %	150	8,70	4,5	3,8	16,5	117
				8,70	4,5	3,8	16,5	117
Итого				236,18	98,8	94,8	319,1	2472
Всего								