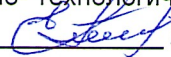


Согласовано

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

МЕНЮ

17 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	2/4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,72	6,9	6,1	32	212
2004	692	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,37	2,3	1,7	16	87
2004	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40/10	6,48	3,1	7,7	18,7	158
		АПЕЛЬСИН	168	23,18	1,5	0,3	13,6	72
Итого				43,75	13,8	15,8	80,3	529
Обед								
2015	10/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ,ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	70	5,66	1,2	3,4	4,3	52
2004	132	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10	10,13	2,6	6,7	17,9	138
2004	520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	14,11	4,2	6,2	26,3	177
2015	9/7	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	16,09	10,7	3,3	6,3	100
2004	705	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	6,65	0,4	0,2	19,9	85
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
Итого				56,28	25,2	20,6	111,8	729
Полдник								
2004	734	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ и сгущенным молоком	80/20	7,19	6,2	5,9	36,9	224
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	6,15			30,8	87
2015	1/6	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	42	7,95	5,3	4,9	0,4	67
Итого				21,29	11,5	10,8	68,1	378
Ужин								
2016	Т/Т №4	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	40	1,84	0,5		2,9	14
2004	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	4,74	5,5	4,4	38,7	214
2015	21/8	ЗРАЗЫ МЯСНЫЕ	80	22,12	10,3	17,6	10,6	240
2004	648	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	8,66			5,8	23
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,22	2,3	0,3	13,9	64
	-	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	30	1,51	2,2	0,3	14	69
Итого				40,09	20,8	22,6	85,9	624
Ужин 2								
		СНЕЖОК м.д.ж.2,5 %	150	8,70	4,5	3,8	16,5	117
		ВАФЛИ	10	1,48	0,4	2,1	4,7	33
Итого				10,18	4,9	5,9	21,2	150
Всего				171,59	76,2	75,7	367,3	2410