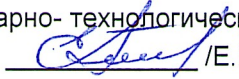


Согласовано

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

МЕНЮ

18 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	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	20,65	11,2	17,3	2,5	209
2015	16/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,62	1,6	1,6	12,1	69
2015	5/13	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	6,55	3,9	4,1		53
2004	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40/10	6,48	3,2	7,7	19,3	160
		ЯБЛОКИ	170	16,72	0,7	0,7	16,7	80
Итого				53,02	20,6	31,4	50,6	571
Обед								
2015	28/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	70	4,55	1,3	5,5	7,6	84
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200/12	12,73	7,8	6	15,3	146
2015	27/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	10,50	3,3	5,5	20,3	142
2004	451	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	29,13	14,1	16,2	12,5	253
		СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК	200	6,15			30,8	87
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	20	1,00	1,5	0,2	9,3	46
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
Итого				65,69	31,1	33,8	114,3	843
Полдник								
2004	697	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	8,02	5,9	6,6	10,3	123
2015	6/12	ШАНЬГА СО СМЕТАНОЙ	85	5,17	4,6	6,5	22,6	165
2015	37/8	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	17,33	8,8	5,5	3,5	99
Итого				30,52	19,3	18,6	36,4	387
Ужин								
2015	4/1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	8,34	0,4	0,1	1,4	8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	23,30	15,7	20,2	29,1	362
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,73	0,1		9,7	40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,51	3,8	0,5	23,3	115
Итого				36,51	23,1	21,2	82	610
Ужин 2								
		КЕФИР с.м.д.ж. 2,5 %	150	8,40	4,5	3,8	6	81
		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,66	1,1	2,6	9,8	63
Итого				10,06	5,6	6,4	15,8	144
Всего				195,80	99,7	111,4	299,1	2555

Зав.столовой



Н.Н.Бояровская