

Утверждаю

Директор
МБОУ ПАРАТУНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА
_____/Бордюжа И.А. /

МЕНЮ

14 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	5,8	20,9	157	0,5
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		36	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
		БАТОН	30	2,3	0,3	14,3	69	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	3,3	12,7	94	0,5
Итого			425	12,8	16,4	47,9	393	1,1
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	120	0,5	0,4	12,4	57	6
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50					0
Итого			170	0,5	0,4	12,4	57	6
Обед								
2015	69	УХА РЫБАЦКАЯ	220	9	5,9	18	162	6,4
2015	131	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	70	13,4	13,4	8,4	207	1
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	35	0,3	2,1	2,1	28	0,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		2,8		25	0
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,8	3,7	2	45	3,7
2012	19	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,6	99	0
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ МОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200			11,2	45	0
Итого			765	26,7	28,3	62,3	611	11,6
Полдник								
2012	17	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2012	401	ЙОГУРТ	200	3,9	2,9	5,8	93	0,6
Итого			250	7,7	7,8	43	302	0,6
Ужин								
2015	234	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	175/40	20,9	24,8	33,5	441	3,4
2012	18	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		8,3	34	0,5
Итого			450	23,6	25	58,9	555	3,9
Всего				71,3	77,9	224,5	1918	23,2

Медицинская сестра _____ Никитина А.Ю

Повар _____ Медведева С.В. / Перевезенцева Г.Н.