

ИП Пономаренко Р.А.



МЕНЮ
" 28 " 09 2023 г.

7-11 лет

4 день

4 день								
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								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	8,18	0,50	0,10	1,50	8,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (90/10)	100	64,70	18,90	5,90	1,80	137,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	24,74	3,30	5,30	22,30	137,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,00	0,20	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,15	2,70	0,20	17,60	83,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				130,61	28,40	12,00	76,10	512,00

Повар И.И. Пономаренко Р.А. (И.И. Пономаренко Р.А.)

ИП Пономаренко Р.А.



МЕНЮ

" 28 " 09 2023 г.

12-18 лет

4 день

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								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	11,82	0,80	0,10	2,50	14,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (100/20)	120	65,43	22,70	7,10	2,20	164,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,18	3,80	6,20	25,70	174,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,00	0,20	19,60	83,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,06	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,36	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого				135,65	33,40	14,10	83,60	594,00

Повар

mf

(*Турова МС*)