

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

5 мая 2022 г.

**Возрастная категория 7-11 лет**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	150/30	28,5	22,1	40,5	463
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,4	84
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		13,9	57
Итого				31,1	22,9	70,8	604
Обед							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,7	5	7	79
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	150	8,7	11,2	17,9	200
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,2		0,7	4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				12,8	16,5	51,6	398
Всего				43,9	39,4	122,4	1002