

Согласовано

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

5 сентября 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,9	8,2	32,1	242
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,8	16,9	86
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,7	0,1	79
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,3	4,6	22,2	155
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				16,1	22,7	81,1	609
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,3	3	11,6	93
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,2	38,7	248
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100	13,1	17,6	13,4	271
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,8	2,9	21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				29,9	27,9	92,6	748
Всего				46	50,6	173,7	1357