

Согласовано

Директор  
МОУ Великосельская СШ  
/Ежикова М С /



# МЕНЮ

11 мая 2023 г.

## Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,7	2,7	13,9	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	18,5	78
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>5,1</b>	<b>12,6</b>	<b>58,4</b>	<b>373</b>
<b>Обед</b>							
1994	129	РАССОЛЬНИК ( С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	2,1	4,1	13,8	98
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	9	9,7	11	174
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,2		0,7	4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		13,9	57
<b>Итого</b>				<b>16,5</b>	<b>18,6</b>	<b>74,6</b>	<b>542</b>
<b>Всего</b>				<b>21,6</b>	<b>31,2</b>	<b>133</b>	<b>915</b>

1994 129 РАССОЛЬНИК ( С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ) 200 2,1 4,1 13,8 98

2008 335 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180 2,9 4,5 22,9 149