

Согласовано

Директор

Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

11 октября 2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет

| Сборник рецептур | № 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, | 200 | 30,9 | 20,8 | 45,4 | 515 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,3 | 0,8 | 16,4 | 84 |
| 1994 | 628 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | | 13,7 | 55 |
| Итого | | | | 33,4 | 21,6 | 75,5 | 654 |
| Обед | | | | | | | |
| 2006 | 138 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 4,5 | 4,3 | 13,9 | 108 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 2,9 | 4,5 | 22,9 | 149 |
| 2006 | 309 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 100 | 10,2 | 5,8 | 4,2 | 109 |
| 1994 | 628 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | | 13,7 | 55 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 |
| 1986 | 109 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 50 | 3,8 | 5,2 | 28,2 | 181 |
| Итого | | | | 23,6 | 20,1 | 95,2 | 662 |
| Всего | | | | 57 | 41,7 | 170,7 | 1316 |