

**МЕНЮ**

15 сентября 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>							
1994	161	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,7	1,2	11,8	65
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ГРУША	150	0,5	0,4	12,6	57
<b>Итого</b>				<b>4,8</b>	<b>10,7</b>	<b>49,7</b>	<b>317</b>
<b>Обед</b>							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	4,5	5,5	11,1	115
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ	180	11,4	10,8	21,3	246
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1986	109	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,1	8,4	45,1	289
2021	491	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200			9,1	36
<b>Итого</b>				<b>24</b>	<b>25</b>	<b>98,9</b>	<b>746</b>
<b>Всего</b>				<b>28,8</b>	<b>35,7</b>	<b>148,6</b>	<b>1063</b>