

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М.С./



МЕНЮ

19 января 2023 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							
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	3,8	19	125
2006	401	ГУЛЯШ	80	11,5	10,9	2,8	168
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	82
Итого				16,5	15,5	51,6	430
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	1,5	2,6	11,6	74
2006	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4	4,3	16,6	130
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17	17,5	14,9	299
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,8	0,3	11,2	55
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		МАНДАРИНЫ	120	0,7	0,2	6,1	30
Итого				25,2	24,9	74,1	643
Всего				41,7	40,4	125,7	1073