

Согласовано



Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /

МЕНЮ

27 декабря 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ 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	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,9	6,7	67
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	10,8	10,5	21,3	240
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	407	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			26,8	36
Итого				14,3	14,7	67,1	403
Всего				47,7	36,3	142,6	1057