

Согласовано


 Директор
 МОУ Великосельская СШ
 /Ежикова М С /

МЕНЮ

2 ноября 2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,1	8,4	37,9	275
2008		ЙОГУРТ 2,5%	120				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	407	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200			26,8	36
Итого				12,4	9,2	80,8	394
Обед							
2006	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	120	1,9	8,5	10,3	125
1994	129	РАССОЛЬНИК (С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	2	4,1	13,7	97
2006	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	4	4,1	16,6	128
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	9	9,7	11	174
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
Итого				21,3	29,5	99,5	761
Всего				33,7	38,7	180,3	1155