

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

31 октября 2022 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	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	230	3,3	4,3	29,3	172
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	0,3	7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,9	17	87
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		8,1	0,1	74
		ГРУША	150	0,5	0,4	12,6	57
<b>Итого</b>				<b>6,8</b>	<b>14,1</b>	<b>59,3</b>	<b>397</b>
<b>Обед</b>							
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	5	8	80
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,9	6,7	67
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	4,6	37,9	222
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	9,1	9,1	11,5	170
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>19,9</b>	<b>22,9</b>	<b>90,1</b>	<b>654</b>
<b>Всего</b>				<b>26,7</b>	<b>37</b>	<b>149,4</b>	<b>1051</b>