

Утверждаю



Директор

МОУ Великосельская СШ

Ежикова М С /

МЕНЮ

1 октября 2024 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,00	4,60	30,30	189,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
2021	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,60	0,30	9,30	42,00
		ГРУША	120	0,40	0,30	10,10	46,00
Итого				9,40	14,30	65,90	435,00
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	4,10	5,10	8,80	101,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,00	4,50	22,90	149,00
2006	401	ГУЛЯШ	90	13,00	12,40	3,40	190,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				22,30	22,30	56,50	537,00
Всего				31,70	36,60	122,40	972,00