



Согласовано

Директор

Великосельская СШ

/Ежикова М С /

# МЕНЮ

1 декабря 2023 г.

## Возрастная категория 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100	16,2	21,7	16,5	338
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2021	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	9,3	42
2008		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
<b>Итого</b>				<b>26,8</b>	<b>28</b>	<b>94,7</b>	<b>754</b>
<b>Обед</b>							
2006	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	50	0,6	4,7	3	55
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,4	6,7	122
2006	403	ПЛОВ	180	3,6	7,7	34,9	220
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
		НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,1	36
<b>Итого</b>				<b>12</b>	<b>20,1</b>	<b>66</b>	<b>493</b>
<b>Всего</b>				<b>38,8</b>	<b>48,1</b>	<b>160,7</b>	<b>1247</b>