

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

2 февраля 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	
<b>Завтрак</b>							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100	12,9	13,3	3,8	199
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		МАНДАРИНЫ	120	0,7	0,2	6,1	30
<b>Итого</b>				<b>22,7</b>	<b>19</b>	<b>73,2</b>	<b>573</b>

**Обед**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,9	8,1	11,4	150
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
2021	333	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	9,9	9,1	6	161
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
		НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,1	36
<b>Итого</b>				<b>22</b>	<b>22,1</b>	<b>62,7</b>	<b>562</b>
<b>Всего</b>				<b>22</b>	<b>22,1</b>	<b>62,7</b>	<b>1135</b>