

Утверждаю

Директо

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С



# МЕНЮ

2 марта 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	
<b>Завтрак</b>							
2006	403	ПЛОВ С МЯСОМ	180	13,7	16,3	34,9	331
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,8	16,5	84
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>16,3</b>	<b>17,1</b>	<b>65,1</b>	<b>470</b>
<b>Обед</b>							
1994	129	РАССОЛЬНИК ( С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	2,1	4,1	13,8	98
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,4	5,6	32,1	204
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,8	9	7,9	139
		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>19,9</b>	<b>82,7</b>	<b>577</b>
<b>Всего</b>				<b>36,2</b>	<b>37</b>	<b>147,8</b>	<b>1047</b>