

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

2 апреля 2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------------|--------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2006 | 463 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,90 | 6,20 | 38,60 | 248,00 |
| 2006 | 401 | ГУЛЯШ | 100 | 14,40 | 13,80 | 3,70 | 211,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,30 | 0,80 | 16,10 | 83,00 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,20 | 0,00 | 9,10 | 37,00 |
| Итого | | | | 25,80 | 20,80 | 67,50 | 579,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 1994 | 129 | РАССОЛЬНИК (С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ) | 200 | 4,80 | 7,20 | 13,80 | 141,00 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,00 | 4,50 | 22,90 | 149,00 |
| 2006 | 324 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | 100 | 2,20 | 9,00 | 14,90 | 146,00 |
| | | 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 | | | | 12,20 | 21,00 | 73,00 | 533,00 |
| Всего | | | | 38,00 | 41,80 | 140,50 | 1 112,00 |