

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

2 сентября 2022 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							
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,6	43,8	248
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	14	14,4	13	249
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,7	0,9	18,8	96
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				21,2	20,9	89,3	648
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6	7,3	12,3	142
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	150	7,5	9,2	17,9	187
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				15,7	16,8	56,2	444
Всего				36,9	37,7	145,5	1092

Завтрак

2008 325 РИС ОТВАРНОЙ

2006 148 СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ) 200