

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

2 декабря 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	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,20	8,50	37,80	275,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
		ЙОГУРТ 2,9%	110	3,80	2,90	11,80	88,00
Итого				16,60	20,50	74,90	558,00
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,70	3,70	11,60	98,00
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	4,60	38,10	224,00
2016	00	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В ДУХОВКЕ	100	15,60	17,00	0,00	232,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2006	561	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	4,50	1,60	28,40	144,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				34,50	27,20	99,50	795,00
Всего				51,10	47,70	174,40	1 353,00