

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                   | Выход  | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--------------------------------------|--------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |                                      |        | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |                                      |        |                   |              |               |                               |
| 1994             | 161           | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200    | 1,70              | 1,20         | 11,70         | 65,00                         |
| 2008             | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 10     | 0,10              | 8,30         | 0,10          | 75,00                         |
| 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                         |
| 2008             |               | ПЕЧЕНЬЕ                              | 30     | 2,30              | 2,90         | 22,30         | 125,00                        |
| 2008             |               | ЯБЛОКО                               | 100    | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |                                      |        | <b>7,00</b>       | <b>13,60</b> | <b>69,10</b>  | <b>432,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |                                      |        |                   |              |               |                               |
| 2006             | 131           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ             | 200    | 4,40              | 5,60         | 11,60         | 118,00                        |
| 2006             | 463           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ           | 180    | 8,90              | 6,20         | 38,60         | 248,00                        |
| 2006             | 68            | КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ             | 100    | 11,70             | 13,20        | 3,80          | 193,00                        |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 30     | 2,00              | 0,30         | 12,30         | 60,00                         |
| 2021             | 491           | КОМПОТ ИЗ ЯГОД                       | 200    | 0,00              | 0,00         | 9,10          | 36,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |                                      |        | <b>27,00</b>      | <b>25,30</b> | <b>75,40</b>  | <b>655,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |                                      |        | <b>34,00</b>      | <b>38,90</b> | <b>144,50</b> | <b>1 087,00</b>               |