

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

3 мая 2024 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 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2006 | 469 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,50 | 4,60 | 38,10 | 224,00 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 30 | 7,70 | 7,80 | 0,00 | 103,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,30 | 0,80 | 16,10 | 83,00 |
| 2021 | 465 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 0,30 | 0,10 | 10,40 | 42,00 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого | | | | 17,20 | 13,70 | 74,40 | 499,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 88 | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 6,70 | 7,10 | 5,30 | 124,00 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,00 | 4,50 | 22,90 | 149,00 |
| 1983 | 732 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 16,90 | 17,50 | 14,90 | 299,00 |
| | | 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 | | | | 28,80 | 29,40 | 64,50 | 669,00 |
| Всего | | | | 46,00 | 43,10 | 138,90 | 1 168,00 |