

Согласовано



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

# МЕНЮ

3 октября 2023 г.

## Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	180/30	19,9	18,7	40,9	437
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	407	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200			17,7	
<b>Итого</b>				<b>22,2</b>	<b>19,5</b>	<b>74,7</b>	<b>520</b>
<b>Обед</b>							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	4,6	5,6	11,1	116
2006	403	ПЛОВ	180	3,6	7,7	34,9	220
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ, ЯЙЦОМ	50	3,5	3,2	17,6	117
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	12,6	53
<b>Итого</b>				<b>13,9</b>	<b>17</b>	<b>88,5</b>	<b>566</b>
<b>Всего</b>				<b>36,1</b>	<b>36,5</b>	<b>163,2</b>	<b>1086</b>