

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

Возрастная категория 12-18 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	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,60	7,40	34,50	239,00
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	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,20	2,70	14,00	96,00
2008		БАНАН	100	1,10	0,40	14,70	67,00
Итого				13,30	19,60	79,40	560,00
Обед							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	5,70	7,40	6,80	122,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,70	5,20	24,20	164,00
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	2,20	9,00	14,90	146,00
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,20	0,00	0,50	4,00
		ХЛЕБ	50	3,50	0,90	22,50	272,00
2021	491	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				15,30	22,50	78,00	744,00
Всего				28,60	42,10	157,40	1 304,00