

Утверждаю

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ
4 февраля 2022 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	150	5,4	4,7	31,8	187
2006	422	ТЕФТЕЛИ	80	10,7	15,7	10,6	216
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		13,9	57
2008		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
Итого				20,2	22,5	90,3	632
Всего				20,2	22,5	90,3	632
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,4	3,1	11,6	93
2006	403	ПЛОВ	150	11,6	13,5	29,2	276
2006	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	50	0,6	4,7	3	55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
Итого				19,6	21,6	77,9	570
Всего				19,6	21,6	77,9	570