

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

4 марта 2024 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	ТАБЛИЦА 4 СТР. 149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,6	4,1	24,5	153
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
<b>Итого</b>				<b>6,7</b>	<b>13,7</b>	<b>61,6</b>	<b>404</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,7	3,7	11,6	98
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,7	10,3	16,5	199
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>23,2</b>	<b>19</b>	<b>87,6</b>	<b>618</b>
<b>Всего</b>				<b>29,9</b>	<b>32,7</b>	<b>149,2</b>	<b>1022</b>