

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

4 марта 2025 г.



Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	4,60	38,10	224,00
2006	401	ГУЛЯШ	90	13,00	12,50	3,40	191,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				22,40	18,30	76,50	582,00
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,40	4,20	14,00	108,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,40	5,60	43,70	249,00
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,80	10,30	16,50	199,00
		ХЛЕБ	50	3,50	0,90	22,50	272,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				21,30	21,00	105,80	865,00
Всего				43,70	39,30	182,30	1 447,00