

Согласовано



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

4 мая 2022 г.

**Возрастная категория 12-18 лет**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,8	9,2	33,9	240
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,8	16,9	87
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		8,2	0,1	74
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,1	5,3	27,1	172
<b>Итого</b>				<b>14,7</b>	<b>23,9</b>	<b>87,8</b>	<b>620</b>
<b>Обед</b>							
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	20	137
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	6,3	5,3	7,6	100
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>13,8</b>	<b>14,6</b>	<b>61,4</b>	<b>425</b>
<b>Всего</b>				<b>28,5</b>	<b>38,5</b>	<b>149,2</b>	<b>1045</b>