

Согласовано


 Директор  
 МОУ Великосельская СШ  
 /Ежикова М С /

# МЕНЮ

4 октября 2023 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>							
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	7,2	7,8	33,9	242
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	9,3	42
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>10,6</b>	<b>17,7</b>	<b>69,2</b>	<b>489</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,5	6,7	11,6	137
		РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	10,8	8,2	15	189
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,2	2,8	27,4	152
		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>23,7</b>	<b>18</b>	<b>75,4</b>	<b>575</b>
<b>Всего</b>				<b>34,3</b>	<b>35,7</b>	<b>144,6</b>	<b>1064</b>