

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

5 марта 2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ЙОГУРТ	250	10	6,4	17	174
		ГРУША	250	0,5	0,4	12,6	57
Итого				10,5	6,8	29,6	231
Обед							
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,9	17	87
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	31,4	185
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,8	9,1	8	140
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
		КОНФЕТА ФАСОВАННАЯ	30	0,2	0,6	16	60
Итого				16,2	15,6	73	548
Всего				26,7	22,4	102,6	779