

МЕНЮ

5 апреля 2022 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	ТАБЛИЦА 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,1	9,9	31,4	242
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	15,7	80
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		КОНФЕТЫ ФАСОВАННАЯ	30				
Итого				10,6	10,7	56,2	359
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,4	3,1	11,6	93
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,4	6	32,1	208
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,8	9	7,7	139
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,2	0,5	20,2	98
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				24,4	19,5	83,6	596
Всего				35	30,2	139,8	955