

Согласовано



Директор  
МОУ Великосельская СШ  
/Ежикова М С /

## МЕНЮ

5 октября 2023 г.

### Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,9	4,5	22,9	149
2006	401	ГУЛЯШ	90	13	12,4	3,4	190
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
<b>Итого</b>				<b>19,5</b>	<b>18,1</b>	<b>66,2</b>	<b>526</b>
<b>Обед</b>							
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	5	8	80
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,4	5,7	11,6	117
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,6	4,7	38,1	224
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17	17,5	14,9	299
		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>30,8</b>	<b>33,2</b>	<b>94</b>	<b>817</b>
<b>Всего</b>				<b>50,3</b>	<b>51,3</b>	<b>160,2</b>	<b>1343</b>