

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

5 декабря 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	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,1	8,4	37,9	275
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3	0,1	10,5	42
2008		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
Итого				13,9	18	79,3	542
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,4	5,7	11,6	117
2006	403	ПЛОВ	180	3,6	7,7	34,9	220
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
Итого				14,4	16,5	95,3	586
Всего				28,3	34,5	174,6	1128