

Согласовано


 Директор
 МОУ Великосельская СШ
 /Ежикова М С /

МЕНЮ

6 марта 2024 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2006	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	150/30	19,9	18,7	40,9	437
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	407	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			17,7	
Итого				22,2	19,5	74,7	520
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	2,5	11,1	72
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,6	43,8	249
2016	00	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В ДУХОВКЕ	180	28,2	30,6		418
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				36,7	39,1	77,3	842
Всего				58,9	58,6	152	1362