

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

6 марта 2024 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>							
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	
<b>Итого</b>				<b>22,2</b>	<b>19,5</b>	<b>74,7</b>	<b>520</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>36,7</b>	<b>39,1</b>	<b>77,3</b>	<b>842</b>
<b>Всего</b>				<b>58,9</b>	<b>58,6</b>	<b>152</b>	<b>1362</b>