



# МЕНЮ

7 февраля 2023 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	
<b>Завтрак</b>							
2006	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	200	30,9	20,7	45,3	513
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	407	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			26,8	36
<b>Итого</b>				<b>33,2</b>	<b>21,5</b>	<b>88,2</b>	<b>632</b>
<b>Обед</b>							
1994	129	РАССОЛЬНИК ( С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	2,1	4,1	13,8	98
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,5	3,7	19	124
2006	494	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	8,7	6,6	7,8	135
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>15,9</b>	<b>15,1</b>	<b>76,4</b>	<b>519</b>
<b>Всего</b>				<b>49,1</b>	<b>36,6</b>	<b>164,6</b>	<b>1151</b>