

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

7 марта 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>							
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	150	2,9	4,5	22,9	149
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	12,3	10,1	14,9	197
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>19,5</b>	<b>19</b>	<b>73</b>	<b>541</b>
<b>Всего</b>				<b>52,7</b>	<b>40,5</b>	<b>161,2</b>	<b>1173</b>