

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

7 марта 2024 г.

**Возрастная категория 12-18 лет**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30				
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3	0,1	10,5	42
<b>Итого</b>				<b>16,9</b>	<b>13,4</b>	<b>64,7</b>	<b>452</b>
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,9	8,1	11,4	150
		РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	10,8	8,2	15	189
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>22,1</b>	<b>19,4</b>	<b>69,7</b>	<b>558</b>
<b>Всего</b>				<b>39</b>	<b>32,8</b>	<b>134,4</b>	<b>1010</b>