

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

7 марта 2025 г.

## Возрастная категория 12-18 лет

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда  | Выход  | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|--------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |   |        | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |        |                   |              |               |                               |
| 2021             | 245           | ЗАПЕКАНКА МАННАЯ  | 200/30 | 8,90              | 6,50         | 56,80         | 317,00                        |
| 2021             | 507           | НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА | 200    | 0,00              | 0,00         | 17,70         | 70,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 30     | 2,30              | 0,80         | 16,10         | 83,00                         |
|                  |               | ПИРОЖНОЕ ПЕСОЧНОЕ   | 100    | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |
| <b>Итого</b>     |               |   |        | <b>11,20</b>      | <b>7,30</b>  | <b>90,60</b>  | <b>470,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |   |        |                   |              |               |                               |
| 2004             | 130           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ                                    | 250    | 2,70              | 4,40         | 9,70          | 91,00                         |
| 2004             | 216           | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ                                   | 180    | 11,20             | 11,80        | 21,30         | 254,00                        |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 30     | 2,00              | 0,30         | 12,30         | 60,00                         |
| 2021             | 491           | КОМПОТ ИЗ ЯГОД  | 200    | 0,00              | 0,00         | 9,10          | 36,00                         |
|                  |               | ПИРОЖНОЕ ПЕСОЧНОЕ   | 100    | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |
| <b>Итого</b>     |               |   |        | <b>15,90</b>      | <b>16,50</b> | <b>52,40</b>  | <b>441,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |   |        | <b>27,10</b>      | <b>23,80</b> | <b>143,00</b> | <b>911,00</b>                 |