



МЕНЮ

7 апреля 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	6,1	20,1	144
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,9	11	8,9	187
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				17	18,3	64,1	498
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,3	2	8,7	57
2006	403	ПЛОВ	150	11,6	13,5	29,2	276
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,6	61
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0	0,2	0	30
Итого				15,1	15,8	59,6	461
Всего				32,1	34,1	123,7	959