

Согласовано

Директо

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С



# МЕНЮ

8 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	
<b>Завтрак</b>							
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	150/30	28,5	22,1	40,5	463
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		9,3	39
<b>Итого</b>				<b>31,1</b>	<b>22,9</b>	<b>65,9</b>	<b>585</b>
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,7	8,5	13,9	153
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	150	9,2	10,8	17,8	200
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	12,1	59
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,2		0,5	4
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,2	3,2	27,4	152
<b>Итого</b>				<b>22,4</b>	<b>22,8</b>	<b>80,8</b>	<b>605</b>
<b>Всего</b>				<b>53,5</b>	<b>45,7</b>	<b>146,7</b>	<b>1190</b>