

МЕНЮ

9 января 2024 г.

Возрастная категория 12-18 лет

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|---------------------------------------|--------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1994 | 161 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 1,7 | 1,2 | 11,8 | 65 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,8 | 16,1 | 83 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,2 | | 9,1 | 37 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | | | | 4,7 | 10,7 | 46,9 | 307 |
| Обед | | | | | | | |
| 2006 | 131 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 5,7 | 3,7 | 11,6 | 98 |
| 2006 | 463 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,9 | 6,2 | 38,7 | 248 |
| 1983 | 661 | КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ | 100 | 8,7 | 10,3 | 16,5 | 199 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,2 | | 9,1 | 37 |
| Итого | | | | 25,5 | 20,5 | 88,2 | 642 |
| Всего | | | | 30,2 | 31,2 | 135,1 | 949 |