

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,40	5,60	43,70	249,00
2006	401	ГУЛЯШ	100	14,40	13,80	3,70	211,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				21,30	20,20	72,60	580,00
Обед							
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	4,90	6,50	5,30	110,00
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	3,70	5,60	26,60	179,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
		СОЧНИК С ТВОРОГОМ	100	8,70	3,30	54,30	284,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				19,50	15,70	107,60	670,00
Всего				40,80	35,90	180,20	1 250,00