

Согласовано



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

9 сентября 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	200/5	10,1	8,4	37,9	275
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008		ЙОГУРТ	100	5	3,2	8,5	87
Итого				17,5	20,7	62,9	521
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	2,5	11,1	72
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	16,6	18,9	30,4	369
2008	467	ПЛЮШКА С САХАРОМ	70	5,6	11,2	39,4	286
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				26,1	32,9	106,9	842
Всего				43,6	53,6	169,8	1363