

МЕНЮ

9 ноября 2023 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							
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,9	3,9	26,2	154
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	9,3	42
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				6,3	13,8	61,5	401
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	1,5	2,6	11,6	74
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17	17,5	14,9	299
2006	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	50	0,8	3,5	4,2	52
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	495	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84
Итого				24,8	28,5	86	718
Всего				31,1	42,3	147,5	1119