

Утверждаю



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С

МЕНЮ

9 декабря 2024 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ 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	7,30	7,70	33,80	242,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
		ЙОГУРТ 2,9%	110	3,80	2,90	11,80	88,00
Итого				13,70	19,70	70,90	525,00
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,80	8,10	11,40	150,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,70	5,20	24,20	164,00
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	2,20	9,00	14,90	146,00
2008	35	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,80	10,10	11,00	143,00
		ХЛЕБ	50	3,50	0,90	22,50	272,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				18,20	33,30	93,10	912,00
Всего				31,90	53,00	164,00	1 437,00