

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С



МЕНЮ

10 января 2025 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	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,20	3,40	26,80	150,00
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
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
2006	453	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,70	3,50	0,30	57,00
Итого				9,90	16,40	62,20	449,00
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,50	6,60	11,60	137,00
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	4,60	38,10	224,00
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	2,40	5,80	16,50	126,00
		ХЛЕБ	50	3,50	0,90	22,50	272,00
2021	491	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				18,90	17,90	97,80	795,00
Всего				28,80	34,30	160,00	1 244,00