

Согласовано


 Директор
 МОУ Великосельская СШ
 /Ежикова М С /

МЕНЮ

10 апреля 2023 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							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,2	3,4	26,8	151
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008		ЙОГУРТ	120				
Итого				4,8	12,5	52,1	346
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КОНСЕРВАМИ (ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ)	200	5,5	6,6	11,7	123
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	12,3	10,1	14,9	197
		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	0,9	0,1	1,8	11
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				23,8	21,6	72,7	577
Всего				28,6	34,1	124,8	923