

Утверждаю

Директор  
МОУ Великосельская СШ  
/Ежикова М С



# МЕНЮ

10 апреля 2025 г.

## Возрастная категория 12-18 лет

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда                         | Выход  | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|--------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |  |        | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |  |        |                   |              |               |                               |
| 2006             | 297           | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ, | 150/30 | 19,90             | 18,70        | 40,80         | 437,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30     | 2,30              | 0,80         | 16,10         | 83,00                         |
| 2021             | 457           | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 200/10 | 0,20              | 0,00         | 9,10          | 37,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |  |        | <b>22,40</b>      | <b>19,50</b> | <b>66,00</b>  | <b>557,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |  |        |                   |              |               |                               |
| 2006             | 131           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ                   | 200    | 6,50              | 6,60         | 11,60         | 137,00                        |
| 2008             | 311           | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                              | 180    | 16,70             | 18,90        | 30,40         | 369,00                        |
|                  |               | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)                  | 30     | 0,20              | 0,00         | 0,70          | 4,00                          |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 30     | 2,00              | 0,30         | 12,30         | 60,00                         |
| 2021             | 495           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 200    | 0,60              | 0,10         | 20,10         | 84,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |  |        | <b>26,00</b>      | <b>25,90</b> | <b>75,10</b>  | <b>654,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |  |        | <b>48,40</b>      | <b>45,40</b> | <b>141,10</b> | <b>1 211,00</b>               |