

Утверждаю

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

10 октября 2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994	161	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,70	1,20	11,70	65,00
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	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,60	0,30	9,30	42,00
2008		БАНАН	100	1,10	0,40	14,70	67,00
Итого				5,80	11,00	51,90	332,00
Обед							
1994	129	РАССОЛЬНИК (С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	2,00	4,10	13,80	98,00
		РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	2,50	2,50	12,50	86,00
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,30	0,10	1,00	6,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого!				7,00	7,00	48,70	287,00
Всего				12,80	18,00	100,60	619,00