

Утверждаю

Директс

МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С



МЕНЮ

10 декабря 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							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,20	8,50	37,80	275,00
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	3,20	2,70	14,00	96,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				16,20	20,70	77,80	576,00
Обед							
1994	129	РАССОЛЬНИК (С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	4,80	7,20	13,80	141,00
2006	403	ПЛОВ	180	3,70	7,70	35,10	220,00
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,20	0,00	0,70	4,00
		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				12,40	15,80	81,20	674,00
Всего				28,60	36,50	159,00	1 250,00