

Утверждаю

Директор
МОУ Великосельская СШ
Ежикова М С /



МЕНЮ

11 февраля 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	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,00	4,60	30,30	189,00
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	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,30	0,10	10,40	42,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				9,10	14,20	66,70	436,00
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,50	6,60	11,60	137,00
2004	224	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,90	8,00	15,20	146,00
2021	350	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	8,80	10,00	10,90	175,00
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	20	0,20	0,00	0,50	3,00
		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				22,10	25,50	69,80	770,00
Всего				31,20	39,70	136,50	1 206,00