

Согласовано



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

11 апреля 2022 г.

**Возрастная категория 7-11 лет**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,7	9	33,7	238
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	15,8	81
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		8,1	0,1	73
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5	5,3	26,9	171
<b>Итого</b>				<b>14,4</b>	<b>23,6</b>	<b>86,3</b>	<b>610</b>
<b>Обед</b>							
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,6	31,8	186
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,8	9	7,8	139
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>17,9</b>	<b>18,5</b>	<b>76,3</b>	<b>534</b>
<b>Всего</b>				<b>32,3</b>	<b>42,1</b>	<b>162,6</b>	<b>1144</b>