Согласовано

Директор
МОУ Великосельская СШ
_____ /Ежикова М С /

# МЕНЮ

**12 февраля 2024 г.**

## Возрастная категория 7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 2006 | 149 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 200/5 | 2,2 | 3,4 | 26,8 | 151 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,8 | 16,1 | 83 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,2 | | 9,1 | 37 |
| | | ЙОГУРТ 2,9% | 110 | 3,8 | 2,9 | 11,8 | 88 |
| **Итого** | | | | **8,6** | **15,4** | **63,9** | **434** |
| **Обед** | | | | | | | |
| 2006 | 131 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КОНСЕРВАМИ (ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ) | 200 | 5,6 | 6,7 | 11,7 | 124 |
| 2006 | 469 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,6 | 4,7 | 38,1 | 224 |
| 1983 | 661 | КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ | 100 | 8,7 | 10,3 | 16,5 | 199 |
| 2006 | 71 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 50 | 0,6 | 5 | 8 | 80 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,2 | | 9,1 | 37 |
| **Итого** | | | | **23,7** | **27** | **95,7** | **724** |
| **Всего** | | | | **32,3** | **42,4** | **159,6** | **1158** |