

Утверждаю

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

12 апреля 2024 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	4,60	38,10	224,00
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100	12,80	13,30	3,80	199,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				22,20	19,10	76,90	590,00
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,50	6,60	11,60	137,00
		РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	10,80	8,00	15,10	189,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,10	2,80	27,30	152,00
		НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				23,40	17,70	75,40	574,00
Всего				45,60	36,80	152,30	1 164,00