

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

12 октября 2023 г.

**Возрастная категория 12-18 лет**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17	17,5	14,9	299
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	407	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			17,7	
		ГРУША	150	0,5	0,4	12,6	57
Итого				26,4	23,4	99,4	663
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,4	5,7	11,6	117
2006	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	50	0,6	4,7	3	55
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	16,6	18,9	30,4	369
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		13,9	57
Итого				23,9	29,6	71,2	658
Всего				50,3	53	170,6	1321