Согласовано

Директор
МОУ Великосельская СШ
_____ /Ежикова М С /

МЕНЮ

12 декабря 2023 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	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,2	38,7	248
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100	9,9	17,2	16,5	265
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		МАНДАРИНЫ	120	0,7	0,2	6,1	30
Итого				**22**	**24,4**	**86,5**	**663**
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	4,1	5	8,8	101
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
2006	401	ГУЛЯШ	90	13	12,4	3,4	190
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1986	109	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	3600	270,7	377,4	2025,5	13014
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				**296,6**	**399,8**	**2097,2**	**13626**
Всего				**318,6**	**424,2**	**2183,7**	**14289**