

Утверждаю

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

13 марта 2025 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	ТАБЛИЦА 4 СТР. 149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,60	4,10	24,50	153,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
2021	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,60	0,30	9,30	42,00
		ГРУША	150	0,50	0,40	12,70	57,00
Итого				7,10	13,90	62,70	410,00
Обед							
1994	129	РАССОЛЬНИК (С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	4,80	7,20	13,80	141,00
2010	69	РАГУ С ПТИЦЕЙ	180/30	9,00	18,10	17,20	286,00
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,20	0,00	0,70	4,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2006	695	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ДЖЕМОМ	75	4,50	1,90	44,90	214,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				20,70	27,50	98,00	742,00
Всего				27,80	41,40	160,70	1 152,00