

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

13 ноября 2023 г.

## Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
1994	161	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,7	1,2	11,8	65
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
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>4,7</b>	<b>10,7</b>	<b>46,9</b>	<b>307</b>
<b>Обед</b>							
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	70	0,8	7,1	11,2	112
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КОНСЕРВАМИ (ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ)	200	5,6	6,7	11,7	124
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,2	38,7	248
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,7	10,3	16,5	199
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>26,2</b>	<b>30,6</b>	<b>99,5</b>	<b>780</b>
<b>Всего</b>				<b>30,9</b>	<b>41,3</b>	<b>146,4</b>	<b>1087</b>