

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская С

/Ежикова М С



# МЕНЮ

14 февраля 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8	9,8	31	239
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	20,7	106
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,4	0,1	76
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,1	5,4	27	172
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>16,6</b>	<b>25</b>	<b>88,6</b>	<b>640</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,6	7,8	11,6	137
2006	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	4,3	14	107
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,6	14,7	14,3	232
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>24,8</b>	<b>27,1</b>	<b>65,9</b>	<b>591</b>
<b>Всего</b>				<b>41,4</b>	<b>52,1</b>	<b>154,5</b>	<b>1231</b>