

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

14 марта 2024 г.

**Возрастная категория 12-18 лет**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	5,9	4,6	30,4	189
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	9,3	42
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>9,3</b>	<b>14,5</b>	<b>65,7</b>	<b>436</b>
<b>Обед</b>							
1994	129	РАССОЛЬНИК ( С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	5	7,2	13,8	141
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100	16,2	21,7	16,5	338
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,8	2,7	3	43
		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>27,1</b>	<b>36,4</b>	<b>77,6</b>	<b>768</b>
<b>Всего</b>				<b>36,4</b>	<b>50,9</b>	<b>143,3</b>	<b>1204</b>