

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

14 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	
<b>Завтрак</b>							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,00	4,60	30,30	189,00
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	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
2008		БАНАН	100	1,10	0,40	14,70	67,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,20	2,80	21,90	122,00
<b>Итого</b>				<b>11,90</b>	<b>16,90</b>	<b>92,20</b>	<b>573,00</b>
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,80	8,10	11,40	150,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,00	4,50	22,90	149,00
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	2,20	9,00	14,90	146,00
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,30	0,10	1,00	6,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
<b>Итого</b>				<b>14,50</b>	<b>22,00</b>	<b>71,60</b>	<b>548,00</b>
<b>Всего</b>				<b>26,40</b>	<b>38,90</b>	<b>163,80</b>	<b>1 121,00</b>