

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

14 апреля 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	
Завтрак							
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	150/30	28,5	22,1	40,5	463
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		9,3	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,4	84
Итого				31,1	22,9	66,2	586
Обед							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,9	6,7	67
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	20	137
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,8	9	7,8	139
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,8	0,3	11,6	56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
Итого				14,3	18,5	67,9	485
Всего				45,4	41,4	134,1	1071