



МЕНЮ

15 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	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,3	10,2	37,2	275
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,4	84
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008		ЙОГУРТ	100	5	3,2	8,5	87
Итого				17,9	22,5	71,3	558
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	7	9,1	11,4	150
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	31,8	187
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,9	63
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2004 г	279	КОРЖИК	70	7,3	14,2	97,3	536
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50/50	13,2	13,7	4,4	205
Итого				35,1	42	171,5	1196
Всего				53	64,5	242,8	1754