

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

15 сентября 2022 г.

## Возрастная категория 12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход				Энерге- тическая ценность, ккал
					Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
	57	МАННИК	150/30		7,4	50,5	301
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		0,8	16,4	84
2008		ЙОГУРТ	200		6,4	17	174
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		4,2	27,7	171
2008		ЯБЛОКО	100		0,4	9,8	47
<b>Итого</b>					<b>19,2</b>	<b>121,4</b>	<b>777</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200		2,6	11,6	74
2006	403	ПЛОВ	180		7,7	34,9	220
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30		0,1	1	6
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15			13,7	55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		0,5	20,5	100
		Сочник с творогом	100		15,7	54,5	424
<b>Итого</b>					<b>26,6</b>	<b>136,2</b>	<b>879</b>
<b>Всего</b>					<b>45,8</b>	<b>257,6</b>	<b>1656</b>