

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

16 января 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	
Завтрак							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,60	4,10	24,50	153,00
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
2008	407	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	17,70	0,00
1986	109	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,80	5,30	28,20	181,00
		МАНДАРИНЫ	120	0,70	0,20	6,10	30,00
Итого				10,50	18,70	92,70	522,00
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,30	6,00	8,80	107,00
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,90	6,20	38,60	248,00
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100	8,60	16,70	14,20	244,00
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,40	0,80	2,90	21,00
		ХЛЕБ	50	3,50	0,90	22,50	272,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				26,90	30,60	96,10	929,00
Всего				37,40	49,30	188,80	1 451,00