

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

16 апреля 2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|-------------------------------------|--------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,00 | 4,50 | 22,90 | 149,00 |
| 2006 | 401 | ГУЛЯШ | 100 | 14,40 | 13,80 | 3,70 | 211,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,30 | 0,80 | 16,10 | 83,00 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,20 | 0,00 | 9,10 | 37,00 |
| Итого | | | | 19,90 | 19,10 | 51,80 | 480,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 88 | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 6,80 | 6,50 | 5,30 | 118,00 |
| 2006 | 403 | ПЛОВ | 180 | 3,70 | 7,70 | 35,10 | 220,00 |
| | | 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 |
| Итого | | | | 13,00 | 14,60 | 62,80 | 441,00 |
| Всего | | | | 32,90 | 33,70 | 114,60 | 921,00 |