

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова



МЕНЮ

16 апреля 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,80	13,60	0,80	200,00
2006	2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	9,30	6,60	14,70	167,00
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,20	0,00	0,70	4,00
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,30	0,10	10,40	42,00
Итого				22,60	20,30	26,60	453,00
Обед							
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,50	7,70	15,80	162,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,00	4,50	22,90	149,00
2006	401	ГУЛЯШ	90	13,00	12,50	3,40	191,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2021	495	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,60	0,10	20,10	84,00
Итого				25,10	25,10	74,50	646,00
Всего				47,70	45,40	101,10	1 103,00