

Утверждаю

Директо

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С

**МЕНЮ**

16 декабря 2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,20	3,30	16,00	107,00
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
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
		ЙОГУРТ 2,9%	110	3,80	2,90	11,80	88,00
Итого				8,60	15,30	53,10	390,00
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,70	3,70	11,60	98,00
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	4,60	38,10	224,00
2016	00	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В ДУХОВКЕ	100	15,60	17,00	0,00	232,00
		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				30,00	25,60	71,10	651,00
Всего				38,60	40,90	124,20	1 041,00