

**МЕНЮ**

17 сентября 2024 г.

**Возрастная категория 12-18 лет**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,00	4,50	22,90	149,00
2006	401	ГУЛЯШ	90	13,00	12,40	3,40	190,00
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
<b>Итого</b>				<b>18,50</b>	<b>17,70</b>	<b>51,50</b>	<b>459,00</b>
<b>Обед</b>							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,50	3,90	6,80	67,00
2006	403	ПЛОВ	180	3,70	7,70	35,10	220,00
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,20	0,00	0,70	4,00
		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
<b>Итого</b>				<b>7,60</b>	<b>11,90</b>	<b>64,00</b>	<b>388,00</b>
<b>Всего</b>				<b>26,10</b>	<b>29,60</b>	<b>115,50</b>	<b>847,00</b>