

**МЕНЮ**

17 октября 2023 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>							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,6	4,1	24,5	153
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	9,3	42
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
<b>Итого</b>				<b>8,8</b>	<b>16,4</b>	<b>71,9</b>	<b>475</b>
<b>Обед</b>							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,4	7,4	14	152
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100	11,7	18,5	16,5	286
2006	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	50	0,8	3,5	4,2	52
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	495	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84
<b>Итого</b>				<b>29,1</b>	<b>34,5</b>	<b>105,2</b>	<b>858</b>
<b>Всего</b>				<b>37,9</b>	<b>50,9</b>	<b>177,1</b>	<b>1333</b>