

Утверждаю



Директор

Ежикова М С

МЕНЮ

17 декабря 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	
Завтрак							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,60	7,40	34,50	239,00
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	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,20	2,70	14,00	96,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				12,60	19,60	74,50	540,00
Обед							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	5,70	7,40	6,80	122,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,70	5,20	24,20	164,00
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	2,40	5,80	16,50	126,00
		ХЛЕБ	50	3,50	0,90	22,50	272,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				15,50	19,30	79,10	721,00
Всего				28,10	38,90	153,60	1 261,00