

Согласовано


 Директор  
 МОУ Великосельская СШ  
 /Ежикова М С /

# МЕНЮ

18 сентября 2023 г.

## Возрастная категория 7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,2	3,4	16	107
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008		ЙОГУРТ	110				
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>5,2</b>	<b>12,9</b>	<b>51,1</b>	<b>349</b>
<b>Обед</b>							
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	5	8	80
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	5,6	8	6,8	118
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
1983	659	КОТЛЕТА ОСОБАЯ	100	14,1	14,5	13,8	252
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>29,1</b>	<b>32,5</b>	<b>88,1</b>	<b>771</b>
<b>Всего</b>				<b>34,3</b>	<b>45,4</b>	<b>139,2</b>	<b>1120</b>