

Согласовано



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

18 декабря 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	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,2	3,4	26,8	151
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3	0,1	10,5	42
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>5,3</b>	<b>13</b>	<b>63,3</b>	<b>398</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,7	3,7	11,6	98
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,7	10,3	16,5	199
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	5	8	80
<b>Итого</b>				<b>23,8</b>	<b>24</b>	<b>95,6</b>	<b>698</b>
<b>Всего</b>				<b>29,1</b>	<b>37</b>	<b>158,9</b>	<b>1096</b>