

Утверждаю



Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /

МЕНЮ

18 декабря 2024 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	
Завтрак							
2006	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,90	14,60	2,70	222,00
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,20	0,00	0,70	4,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,70	7,80	0,00	103,00
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
Итого				24,30	23,20	28,60	449,00
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С МЯСОМ)	200	5,60	8,00	11,40	143,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,40	5,60	43,70	249,00
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,90	17,50	14,90	299,00
		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				30,60	32,00	101,60	1 000,00
Всего				54,90	55,20	130,20	1 449,00