

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

19 марта 2025 г.

## Возрастная категория 12-18 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>							
2006	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,80	13,60	0,80	200,00
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	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,30	0,10	10,40	42,00
Итого				<b>23,10</b>	<b>22,30</b>	<b>27,30</b>	<b>428,00</b>
<b>Обед</b>							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,30	7,30	14,00	152,00
2004	224	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,90	8,00	15,20	146,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2003		ПЕЧЕНЬЕ	70	5,20	6,60	51,20	285,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				<b>17,60</b>	<b>22,20</b>	<b>101,80</b>	<b>680,00</b>
Всего				<b>40,70</b>	<b>44,50</b>	<b>129,10</b>	<b>1 108,00</b>