

МЕНЮ

19 апреля 2022 г.



Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	306	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,3	6,9	19,5	158
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	82
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
Итого				16,6	15,9	64	465
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	1,5	2,6	11,6	74
2006	152	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	7,5	6,6	13,5	140
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,6	61
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
Итого				11,5	9,6	47,8	318
Всего				28,1	25,5	111,8	783