

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

# МЕНЮ

19 сентября 2022 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	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,1	8,4	37,9	275
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,9	4,2	27,7	171
2008		ЙОГУРТ	100	5	3,2	8,5	87
		ХЛЕБ	40	5,5	1,4	33,4	161
		ГРУША	150	0,5	0,4	12,6	57
<b>Итого</b>				<b>26</b>	<b>17,6</b>	<b>120,1</b>	<b>751</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,3	3	11,6	93
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,2	2,8	27,4	152
<b>Итого</b>				<b>26,4</b>	<b>19</b>	<b>112,9</b>	<b>734</b>
<b>Всего</b>				<b>52,4</b>	<b>36,6</b>	<b>233</b>	<b>1485</b>