

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

20 января 2025 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,20	8,50	37,80	275,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
		ЙОГУРТ 2,9%	110	3,80	2,90	11,80	88,00
Итого				16,60	20,50	74,90	558,00
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,80	8,10	11,40	150,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,40	5,60	43,70	249,00
2006	401	ГУЛЯШ	90	13,00	12,50	3,40	191,00
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,30	0,10	1,00	6,00
		ХЛЕБ	50	3,50	0,90	22,50	272,00
2021	507	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	200	0,00	0,00	17,70	70,00
Итого				28,00	27,20	99,70	938,00
Всего				44,60	47,70	174,60	1 496,00