

Утверждаю

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

20 мая 2024 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	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,20	3,40	26,80	150,00
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				8,60	15,40	63,90	433,00
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,70	3,70	11,60	98,00
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	4,60	38,10	224,00
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,80	10,30	16,50	199,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
		ПИРОЖНОЕ ПЕСОЧНОЕ	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				23,20	18,90	87,60	618,00
Всего				31,80	34,30	151,50	1 051,00