

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

20 сентября 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	
<b>Завтрак</b>							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,00	4,60	30,30	189,00
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	462	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,60	0,30	9,30	42,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого</b>				<b>9,40</b>	<b>14,40</b>	<b>65,60</b>	<b>436,00</b>
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,80	8,10	11,40	150,00
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	10,10	10,00	21,30	231,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,20	2,80	21,90	122,00
		НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,10	36,00
<b>Итого</b>				<b>21,10</b>	<b>21,20</b>	<b>76,00</b>	<b>599,00</b>
<b>Всего</b>				<b>30,50</b>	<b>35,60</b>	<b>141,60</b>	<b>1 035,00</b>