

Утверждаю



Директор
МБОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /

МЕНЮ

21 февраля 2022 г.

Возрастная категория 12-16 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	7,4	9,6	33,2	242
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,4	5,6	25,9	171
		КОНФЕТЫ	30	0,5	2,1	22,3	108
Итого				15,6	18,1	97,6	604
Обед							
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,6	38,1	224
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,6	14	11,8	240
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				24,6	23,6	83,7	652
Всего				40,2	41,7	181,3	1256