

Утверждаю

Директор

МОУ «Великосельская СШ

/Ежикова М С



МЕНЮ

21 февраля 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	ТАБЛИЦА 4 СТР. 149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,60	4,10	24,50	153,00
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	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,30	0,10	10,40	42,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				6,70	13,70	60,90	400,00
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,40	4,20	14,00	108,00
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	6,70	9,00	21,30	206,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2006	695	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ДЖЕМОМ	75	4,50	1,90	44,90	214,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				17,80	15,40	101,60	625,00
Всего				24,50	29,10	162,50	1 025,00