



МЕНЮ

21 апреля 2022 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							
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	15,5	79
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	140/30	27,5	21,6	39,6	450
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				29,9	22,4	64,2	566
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,3	2	8,7	57
2006	403	ПЛОВ	150	11,6	13,5	29,2	276
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,6	61
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	0,9	6
Итого				15,4	15,9	60,5	437
Всего				45,3	38,3	124,7	1003