

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

22 февраля 2023 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	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	200	30,9	20,7	45,3	513
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	18,5	78
				33,8	21,9	79,9	674
Итого							
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,3	2	8,8	57
2016	00	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В ДУХОВКЕ	150		7,5		65
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,2		0,7	4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
				6,6	14,3	53,8	372
Итого							
Всего				40,4	36,2	133,7	1046