

Согласовано

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

22 декабря 2023 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,2	38,7	248
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,7	10,3	16,5	199
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
Итого				22,3	20,1	102,3	689
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,9	8,1	11,4	150
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	10,1	9,9	21,3	231
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	1,2	2,6	5,5	51
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				20,4	20,9	59,6	529
Всего				42,7	41	161,9	1218