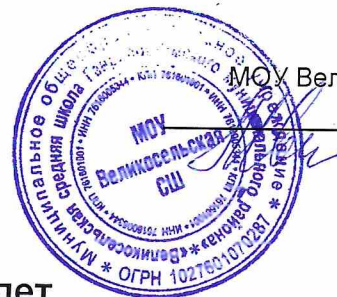


# МЕНЮ

23 мая 2022 г.



## Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР. 149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8	9,7	31,2	238
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,7	13,3	68
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		8,2	0,1	74
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2006		АПЕЛЬСИНЫ	230	1,3	0,3	11,7	62
<b>Итого</b>				<b>11,4</b>	<b>18,9</b>	<b>65,4</b>	<b>479</b>
<b>Обед</b>							
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,2	14,5	11,2	216
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,2	0,5	20,2	98
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
		КОНФЕТЫ	30				
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	31,9	187
<b>Итого</b>				<b>23,6</b>	<b>24,3</b>	<b>83,1</b>	<b>632</b>
<b>Всего</b>				<b>35</b>	<b>43,2</b>	<b>148,5</b>	<b>1111</b>