

Утверждаю



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

24 февраля 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	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,3	10,2	37,2	275
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008		ЙОГУРТ	100	10	6,4	17	174
Итого				20,9	20,7	41,6	451
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,5	4,3	14	108
2010	69	РАГУ С ПТИЦЕЙ	180/30	9,1	20	17,2	286
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
		Сочник с творогом	100	10,6	19,3	54,4	424
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				26,4	43,9	111,6	933
Всего				47,3	64,6	153,2	1384