

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СОШ

Ежикова М С

МЕНЮ

24 февраля 2025 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	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,20	3,40	26,80	150,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
		ЙОГУРТ 2,9%	110	3,80	2,90	11,80	88,00
Итого				8,60	15,40	63,90	433,00
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	1,50	2,60	11,60	74,00
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	4,60	38,10	224,00
2006	401	ГУЛЯШ	90	0,60	3,80	3,40	48,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,30	0,00	13,90	57,00
Итого				10,90	11,30	79,30	463,00
Всего				19,50	26,70	143,20	896,00