

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова



МЕНЮ

24 апреля 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	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	4,60	38,10	224,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,70	7,80	0,00	103,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
2021	507	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	200	0,00	0,00	17,70	70,00
Итого				16,90	13,60	81,70	527,00
Обед							
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	2,70	4,40	9,70	91,00
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,90	6,20	38,60	248,00
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100	10,90	18,40	14,70	273,00
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,40	0,80	2,90	21,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				25,10	30,10	87,30	730,00
Всего				42,00	43,70	169,00	1 257,00