

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

24 мая 2023 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 | 297 | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ, | 150/30 | 27,7 | 18,7 | 40,9 | 463 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,8 | 16,1 | 83 |
| 2008 | 407 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | 200 | | | 26,8 | 36 |
| Итого | | | | 30 | 19,5 | 83,8 | 582 |
| Обед | | | | | | | |
| 2006 | 148 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ) | 200 | 6,9 | 8,1 | 11,4 | 150 |
| | | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ | 180 | 10,8 | 8,2 | 15 | 189 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 |
| 1994 | 628 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | | 13,7 | 55 |
| 2006 | 561 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 50 | 4,5 | 1,6 | 28,4 | 144 |
| Итого | | | | 24,4 | 18,2 | 80,8 | 598 |
| Всего | | | | 54,4 | 37,7 | 164,6 | 1180 |