

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М.С.



# МЕНЮ

24 сентября 2024 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
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
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
2008		БАНАН	100	1,10	0,40	14,70	67,00
<b>Итого</b>				<b>17,80</b>	<b>13,60</b>	<b>78,00</b>	<b>514,00</b>
<b>Обед</b>							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,30	2,00	8,80	57,00
2006	403	ПЛОВ	180	13,40	14,50	35,10	331,00
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,30	0,10	1,00	6,00
		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
<b>Итого</b>				<b>17,20</b>	<b>16,90</b>	<b>66,30</b>	<b>491,00</b>
<b>Всего</b>				<b>35,00</b>	<b>30,50</b>	<b>144,30</b>	<b>1 005,00</b>