

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

24 декабря 2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ 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	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,30	0,10	10,40	42,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				5,30	13,00	63,20	397,00
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,40	4,20	14,00	108,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,00	4,50	22,90	149,00
2006	309	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	0,50	4,70	4,20	60,00
		ХЛЕБ	50	3,50	0,90	22,50	272,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				11,60	14,30	72,70	626,00
Всего				16,90	27,30	135,90	1 023,00