

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

25 марта 2022 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	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,3	10	37,2	274
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	15,9	82
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		8	0,1	72
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ЙОГУРТ	100	4,9	3,2	8,4	86
				17,7	22	70,7	551
Итого							
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	7	9,1	11,4	150
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,6	32,3	188
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	30/50	8,9	10,4	4,3	154
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
				23,6	24,4	74	607
Итого				41,3	46,4	144,3	1158
Всего							