

МЕНЮ

25 апреля 2022 г.

**Возрастная категория 12-18 лет**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,8	9,1	33,8	238
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,8	16,8	86
		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		8	0,1	73
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,1	5,3	27,1	172
Итого				14,7	23,6	87,6	616
Обед							
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,6	31,7	185
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,8	9,1	8	140
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				17,9	18,6	76,4	534
Всего				32,6	42,2	164	1150