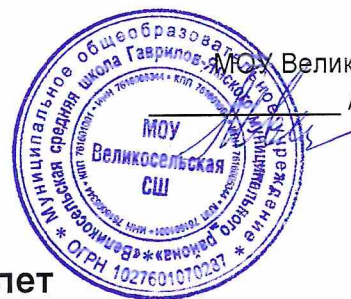


МЕНЮ

25 мая 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	5,7	36,5	207
2006	401	ГУЛЯШ	60	8,9	9,6	2,3	127
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,1	0,2	21,6	99
Итого				18,1	19,1	98,4	638
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,5	4,3	14	108
2006	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	4,2	14	107
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,5	8,7	7,4	150
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,5	61
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				19,4	18,8	69,7	531
Всего				37,5	37,9	168,1	1169