

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

25 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>							
	57	МАННИК					
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/30	8,20	8,90	60,60	361,00
2008	407	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2008		БАНАН	200	0,00	0,00	17,70	0,00
<b>Итого</b>			100	1,10	0,40	14,70	67,00
				<b>11,60</b>	<b>10,10</b>	<b>109,10</b>	<b>511,00</b>
<b>Обед</b>							
1994	129	РАССОЛЬНИК ( С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	200	4,80	7,20	13,80	141,00
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,90	6,20	38,60	248,00
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100	12,80	13,30	3,80	199,00
		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>28,70</b>	<b>27,00</b>	<b>77,60</b>	<b>685,00</b>
<b>Всего</b>				<b>40,30</b>	<b>37,10</b>	<b>186,70</b>	<b>1 196,00</b>