

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

26 мая 2023 г.



ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 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	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
Итого				17,6	13,5	74,4	502
Обед							
2006	403	ПЛОВ	180	3,6	7,7	34,9	220
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
Итого				6,9	8,3	68,4	378
Всего				24,5	21,8	142,8	880