



МЕНЮ

27 апреля 2024 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	180	4,40	5,60	43,70	249,00
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100	12,80	13,30	3,80	199,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,80	16,10	83,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,00	9,10	37,00
Итого				19,70	19,70	72,70	568,00
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,40	5,60	11,60	118,00
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,10	4,70	22,10	149,00
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,20	0,00	0,70	4,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,20	2,80	21,90	122,00
		НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				11,90	13,40	77,70	489,00
Всего				31,60	33,10	150,40	1 057,00