

# МЕНЮ

27 мая 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	
<b>Завтрак</b>							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	31,8	187
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50/50	13,2	13,7	4,4	205
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		9,3	39
2008		ЙОГУРТ	200	5,7	3,6	9,7	99
<b>Итого</b>				<b>26,9</b>	<b>22,8</b>	<b>71,3</b>	<b>613</b>
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,7	8,5	13,9	153
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	12,1	59
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	20	137
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	10,1	8,3	11,8	157
		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	0,9	0,1	1,8	11
<b>Итого</b>				<b>23</b>	<b>22,5</b>	<b>68,7</b>	<b>554</b>
<b>Всего</b>				<b>49,9</b>	<b>45,3</b>	<b>140</b>	<b>1167</b>