

Утверждаю



Директор  
МОУ Великосельская СШ  
/Ежикова М С /

# МЕНЮ

27 сентября 2024 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>							
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,40	5,60	43,70	249,00
2006	401	ГУЛЯШ	90	13,00	12,40	3,40	190,00
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
<b>Итого</b>				<b>19,90</b>	<b>18,80</b>	<b>72,30</b>	<b>559,00</b>
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,80	8,10	11,40	150,00
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ	180	11,40	10,90	21,30	246,00
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,30	0,10	1,00	6,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,30	60,00
		НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,10	36,00
<b>Итого</b>				<b>20,50</b>	<b>19,40</b>	<b>55,10</b>	<b>498,00</b>
<b>Всего</b>				<b>40,40</b>	<b>38,20</b>	<b>127,40</b>	<b>1 057,00</b>