

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

28 февраля 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	ТАБЛИЦ А 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8	9,7	31,3	240
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,1	5,3	27	171
2006		АПЕЛЬСИН	230	1,3	0,3	11,8	62
<b>Итого</b>				<b>16,8</b>	<b>24,4</b>	<b>86,6</b>	<b>632</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,6	7,8	11,6	137
2006	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	4,2	14	107
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,3	14,6	12,4	222
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>24,5</b>	<b>26,9</b>	<b>64</b>	<b>581</b>
<b>Всего</b>				<b>41,3</b>	<b>51,3</b>	<b>150,6</b>	<b>1213</b>