

Согласовано

Директор

Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

28 ноября 2023 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	2,2	9	14,9	145
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ГРУША	150	0,5	0,4	12,6	57
Итого				8,1	14,7	75,6	471
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,4	6,1	8,9	108
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
2006	401	ГУЛЯШ	90	13	12,4	3,4	190
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1986	109	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,8	5,3	28,3	181
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				31	28,8	100,1	800
Всего				39,1	43,5	175,7	1271