

Согласовано

 Директор  
 МОУ Велюкосельская СШ  
 /Ежикова М С /

# МЕНЮ

29 апреля 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	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,3	10,2	37,2	275
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	82
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ЙОГУРТ	100	5	3,2	8,5	87
<b>Итого</b>				<b>17,9</b>	<b>22,5</b>	<b>71</b>	<b>556</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,6	7,8	11,6	137
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,7	31,9	188
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50/50	12,4	12,8	4,3	194
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,9	63
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2004	793	КЕКС	70	3,9	0,8	41,4	186
<b>Итого</b>				<b>30,6</b>	<b>26,4</b>	<b>111,2</b>	<b>805</b>
<b>Всего</b>				<b>48,5</b>	<b>48,9</b>	<b>182,2</b>	<b>1361</b>