

Согласовано



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

30 мая 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,3	10,2	37,2	275
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,5	5,6	25,9	172
Итого				18,6	25,3	89,1	652
Обед							
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	12,3	60
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	9,2	12,3	21,4	227
2008	467	ПИРОГ НА НАГРАЖДЕНИЕ	50	2,3	5,5	20,7	138
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				15,8	21,8	75,9	553
Всего				34,4	47,1	165	1205