

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

8 декабря 2022 г.

## Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР. 149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,6	4,1	24,5	153
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2006		АПЕЛЬСИНЫ	230	1,3	0,3	11,8	62
<b>Итого</b>				<b>7,5</b>	<b>13,5</b>	<b>66,2</b>	<b>428</b>
<b>Обед</b>							
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	1,2	2,6	5,5	51
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	1,5	2,6	11,6	74
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	3,7	19	124
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17	17,5	14,9	299
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,8	0,3	11,2	55
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>24,2</b>	<b>26,7</b>	<b>75,9</b>	<b>658</b>
<b>Всего</b>				<b>31,7</b>	<b>40,2</b>	<b>142,1</b>	<b>1086</b>