

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

5 декабря 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	5,9	4,6	30,4	189
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3	0,1	19,6	78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008		ЙОГУРТ	100				
<b>Итого</b>				<b>8,5</b>	<b>5,5</b>	<b>66,1</b>	<b>350</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,5	6,7	11,6	137
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	5	8	80
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	9	9,7	11	174
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		13,9	57
<b>Итого</b>				<b>25</b>	<b>26,4</b>	<b>94,9</b>	<b>732</b>
<b>Всего</b>				<b>33,5</b>	<b>31,9</b>	<b>161</b>	<b>1082</b>