

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

12 декабря 2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,2	3,4	26,8	151
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	18,5	78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008		ЙОГУРТ	120				
Итого				5,2	12,9	61,5	387
Обед							
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	5	8	80
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	5,5	7,9	6,8	116
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	4,7	38	224
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	9	9	11	168
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		13,9	57
Итого				23,9	26,9	90	705
Всего				29,1	39,8	151,5	1092