

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

13 декабря 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	200	30,9	20,8	45,4	515
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,4	0,8	16,5	85
2008	407	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200			26,8	36
Итого				33,3	21,6	88,7	636
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,5	4,3	13,9	108
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
2006	309	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,2	5,8	4,2	109
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	451	ПИРОГ ПЕЧЕНый ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ	75	5,2	5	26,5	176
Итого				25	19,9	93,5	657
Всего				58,3	41,5	182,2	1293