

Согласовано



Директор  
МОУ Великосельская СШ  
/Ежикова М С /

# МЕНЮ

29 сентября 2022 г.

## Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
	57	МАННИК	150/30	6,8	7,4	50,5	301
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		нектарин	100				
<b>Итого</b>				<b>9,3</b>	<b>8,2</b>	<b>80,6</b>	<b>440</b>
<b>Обед</b>							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,3	2	8,8	57
2006	403	ПЛОВ	180	3,6	7,7	34,9	220
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	20,5	100
2006	561	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	4,5	1,6	28,4	144
<b>Итого</b>				<b>12,9</b>	<b>11,8</b>	<b>106,3</b>	<b>576</b>
<b>Всего</b>				<b>22,2</b>	<b>20</b>	<b>186,9</b>	<b>1016</b>