

Согласовано



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

26 сентября 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							
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,9	3,9	26,2	154
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	18,5	78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
		ГРУША	150	0,5	0,4	12,6	57
Итого				6,4	13,8	73,8	448
Обед							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	6,1	7,9	7	129
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	4,7	38,1	224
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	81	7,4	5,1	9,1	117
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	5	8	80
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
Итого				22,9	23	88,2	665
Всего				29,3	36,8	162	1113