

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

22 января 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	
Обед							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,9	6,7	67
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	11,2	18,2	21,3	284
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	28	0,2		0,7	4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2	0,3	12,3	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,8	16,6	85
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
Итого				17,3	23,2	79,4	586
Всего				17,3	23,2	79,4	586