

МЕНЮ

5 июня 2023 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	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	2,2	3,4	26,8	150
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,9	17	87
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		8,2	0,1	74
2008		ЙОГУРТ	110				
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				4,8	12,5	53	348
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250	1,5	2,6	11,6	74
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	4,6	37,3	220
1983	661	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,2	8,7	10,2	158
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,2	2,8	27,4	151
Итого				22,5	19	107,9	700
Всего				27,3	31,5	160,9	1048