

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

# МЕНЮ

6 июня 2023 г.



## Возрастная категория 12-18

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	200/30	28,6	19,2	41,9	475
2008	407	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			26,8	36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
<b>Итого</b>				<b>30,9</b>	<b>20</b>	<b>84,8</b>	<b>594</b>
<b>Обед</b>							
1994	129	РАССОЛЬНИК ( С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ)	250	2,1	4,1	13,8	98
2021	333	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	8,9	8,4	5,3	146
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,5	3,8	19	125
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>18</b>	<b>17,4</b>	<b>75,6</b>	<b>549</b>
<b>Всего</b>				<b>48,9</b>	<b>37,4</b>	<b>160,4</b>	<b>1143</b>