

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

7 июня 2023 г.



Возрастная категория 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,6	4,2	24,5	155
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,9	16,9	87
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,6	0,1	78
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,6	0,4	18,5	78
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				7,1	14,5	69,8	445
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	4,5	4,3	14	108
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,3	15,9	13,8	271
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	60	0,6	0,1	2	12
2021	495	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,9	16,9	87
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,4	5,3	32,1	208
Итого				32,8	26,9	111,2	830
Всего				39,9	41,4	181	1275