

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

9 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	204	КОТЛЕТЫ МАННЫЕ С ПОВИДЛОМ	200/30	6,9	9,5	64,2	364
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
<b>Итого</b>				<b>10,5</b>	<b>10,7</b>	<b>104,1</b>	<b>551</b>
<b>Обед</b>							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,3	2	8,8	57
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	3,2	9,4	30,4	215
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>9,3</b>	<b>12,6</b>	<b>77,7</b>	<b>458</b>
<b>Всего</b>				<b>19,8</b>	<b>23,3</b>	<b>181,8</b>	<b>1009</b>