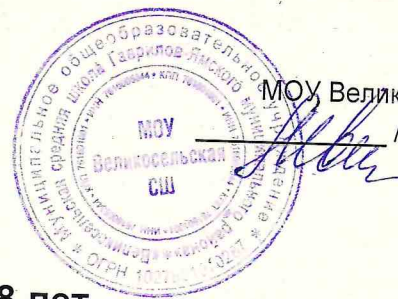


# МЕНЮ

14 июня 2023 г.



## Возрастная категория 12-18 лет

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,	150/30	27,7	18,7	40,9	463
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	407	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			26,8	36
<b>Итого</b>				<b>30</b>	<b>19,5</b>	<b>83,8</b>	<b>582</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	1,5	2,6	11,6	74
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,6	36,5	207
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
2016	00	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В ДУХОВКЕ	100		5		43
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>9,9</b>	<b>13,4</b>	<b>86,6</b>	<b>510</b>
<b>Всего</b>				<b>39,9</b>	<b>32,9</b>	<b>170,4</b>	<b>1092</b>