

МЕНЮ

22 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	
Завтрак							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,6	4,1	24,5	153
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
		ГРУША	150	0,5	0,4	12,6	57
Итого				6,7	13,6	62,4	405
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,5	6,7	11,6	137
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	3,9	31,8	187
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,8	2,9	21
2006	422	ТЕФТЕЛИ	90	11,2	17,4	14,8	266
2021	491	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200			9,1	36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
Итого				27,8	29,9	98,6	790
Всего				34,5	43,5	161	1195