

Согласовано

Директор

МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /

МЕНЮ

21 июня 2023 г.



Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,7	2,7	13,9	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				4,7	12,2	49	332
Обед							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,9	6,7	67
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	3,2	9,4	30,4	215
2006	695	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	90	11,8	5,1	40,8	261
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
Итого				18,7	18,7	99,3	640
Всего				23,4	30,9	148,3	972