

Согласовано

Директор

МО, Великосельская СШ

/Ежикова М С /

**МЕНЮ**

27 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	20,7	24,3	43,2	501
2008	407	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			38,6	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,9	17,5	90
		ШОКОЛАД	1	13,2	46,3	65,2	708
<b>Итого</b>				<b>36,4</b>	<b>71,5</b>	<b>164,5</b>	<b>1299</b>
<b>Обед</b>							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	3,5	7,8	10,3	128
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	10,6	10,6	24,7	253
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3		0,8	5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,9	17,5	90
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2006	687	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ	70	7,1	2,8	57,4	280
		МОРОЖЕНОЕ	70				
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,3		11,4	46
<b>Итого</b>				<b>26,3</b>	<b>22,4</b>	<b>134,4</b>	<b>862</b>
<b>Всего</b>				<b>62,7</b>	<b>93,9</b>	<b>298,9</b>	<b>2161</b>