

Согласовано

Директ

МОУ Великосельская С

/Ежикова М С

# МЕНЮ

30 марта 2022 г.



Возрастная категория 7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	150/30	30,2	22,7	44	488
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		7,4	0,1	67
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ				9,1	37
<b>Итого</b>			200/10	0,2			
				<b>32,7</b>	<b>30,9</b>	<b>69,3</b>	<b>675</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	1,5	2,6	11,6	74
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	16,6	18,9	30,4	369
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,1	83
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ				13,7	55
<b>Итого</b>			200/15	0,2			
				<b>22,6</b>	<b>22,6</b>	<b>84,1</b>	<b>641</b>
<b>Всего</b>				<b>55,3</b>	<b>53,5</b>	<b>153,4</b>	<b>1316</b>



# МЕНЮ

30 марта 2022 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>							
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	150/30	30,2	22,7	44	488
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		7,4	0,1	67
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>32,7</b>	<b>30,9</b>	<b>69,3</b>	<b>675</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	1,5	2,6	11,6	74
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	16,6	18,9	30,4	369
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,1	83
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>22,6</b>	<b>22,6</b>	<b>84,1</b>	<b>641</b>
<b>Всего</b>				<b>55,3</b>	<b>53,5</b>	<b>153,4</b>	<b>1316</b>