

Утверждаю



Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /

МЕНЮ

2 сентября 2021 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,4	37,9	222
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	60	6,3	13,4	0,2	141
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,8	0,6	12,4	64
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				14,8	19,4	64,2	482
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,4	3,1	11,6	93
2006	403	ПЛОВ С МЯСОМ	210	14	13,5	36,6	307
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
Итого				21,4	16,9	82,3	546
Всего				36,2	36,3	146,5	1028