

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская С

/Ежикова М С



МЕНЮ

8 сентября 2021 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	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	140/30	26,8	20,9	38,3	437
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	82
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				29,3	21,7	68,1	574
Обед							
2006	132	СУП ОВОЩНОЙ	200	1,9	4	9,7	81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	5,3	19,9	137
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17	17,5	14,8	299
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
Итого				24	27,1	78,5	663
Всего				53,3	48,8	146,6	1237