

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М.С.



МЕНЮ

8 сентября 2021 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							
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	80	13,6	14	11,8	239
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
Итого				20,6	23,6	75,5	603
Всего				49,9	45,3	143,6	1177