

МЕНЮ

20 сентября 2021 г.

Возрастная категория 12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,8	9,2	33,8	239
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,5	5,7	25,9	173
2006	2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/30	9,4	8,1	14,2	165
		ЙОГУРТ	100	5	3,2	8,5	87
Итого				26,7	26,2	82,4	664
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	210	12,3	12	14	204
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,5	38,4	225
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,9	17,5	14,7	298
	ТК	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
2008		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
Итого				38,9	35,7	115,9	940
Всего				65,6	61,9	198,3	1604