

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

# МЕНЮ

24 сентября 2021 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>							
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	19	19,2	25,4	365
2008	431	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,8	16,6	85
	ТК	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/7	0,3		13,9	57
		ПЕЧЕНЬЕ	39	2,9	3,7	28,8	160
<b>Итого</b>				<b>24,6</b>	<b>23,7</b>	<b>84,7</b>	<b>667</b>
<b>Обед</b>							
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4,5	7,2	6,6	105
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	4,4	19	123
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	7,6	6,2	9	119
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
	ТК	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
1983	778	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	100	1	4,1	6,9	68
<b>Итого</b>				<b>19,9</b>	<b>25,1</b>	<b>97,9</b>	<b>686</b>
<b>Всего</b>				<b>44,5</b>	<b>48,8</b>	<b>18,6</b>	<b>1353</b>