

Утверждаю

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

4 октября 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	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,8	9,1	33,8	239
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	1,1	21,6	110
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,4	5,6	25,9	171
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
Итого				25,2	26,4	103,2	745
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,1	8,2	14	159
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,6	38,1	224
2006	416	ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	100	15,3	18,2	15,4	277
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				33,2	32,3	93,5	775
Всего				58,4	58,7	196,7	1520