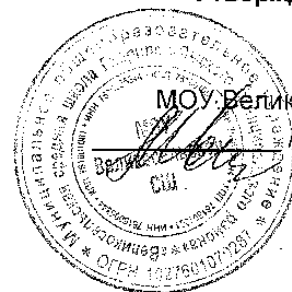


Утверждаю



Директор  
МОУ Великосельская СШ  
(Ежикова М С /

# МЕНЮ

5 октября 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	
<b>Завтрак</b>							
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	190	6,8	5,8	40,3	236
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2008		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
<b>Итого</b>				<b>18,1</b>	<b>14,8</b>	<b>84,9</b>	<b>544</b>
<b>Обед</b>							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,9	6,7	67
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	10,6	11,4	21,3	238
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	252
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>14,3</b>	<b>15,6</b>	<b>54</b>	<b>612</b>
<b>Всего</b>				<b>32,4</b>	<b>30,4</b>	<b>138,9</b>	<b>1156</b>