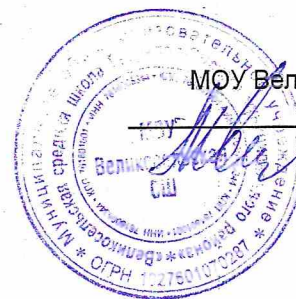


Утверждаю

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /



МЕНЮ

8 октября 2021 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	7	43,8	250
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	15,4	18,2	15,6	278
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				22,6	26,9	92,2	687
Обед							
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	2,5	11,1	72
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	190	6,9	5,9	41	240
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50/50	13,2	13,8	4,4	206
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
Итого				23,8	22,5	90,6	664
Всего				46,4	49,4	182,8	1351