

Утверждаю



Директор

/Ежикова М С /

МЕНЮ

11 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	
Завтрак							
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	7,4	9,6	33,2	242
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,2	1,1	22,2	113
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,4	5,6	25,9	171
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
Итого				18,2	19,1	103,2	648
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,1	8,2	14	159
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	7,2	38,7	248
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17	17,5	14,9	299
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				37,6	34,1	96,5	842
Всего				55,8	53,2	199,7	1490