

Утверждаю



Директор
МОУ Великосельская СШ
Ежикова М С /

МЕНЮ

14 октября 2021 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	160/30	32,2	23,5	39,4	486
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,3	1,2	23,4	120
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		12,6	51
Итого				35,7	24,7	75,4	657
Всего				35,7	24,7	75,4	657

Обед							
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
2010	69	РАГУ С ПТИЦЕЙ	150	7,2	14,7	12,4	213
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2006	646	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВО -ЛИМОННЫЙ	200	0,1		22,4	90
2006	695	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ДЖЕМОМ	80	4,6	2,3	46,5	220
Итого				16,1	21	101,4	656
Всего				16,1	21	101,4	656