

Утверждаю

Директс

МОУ МОУ Великосельская С

/Ежикова М С



# МЕНЮ

8 ноября 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>							
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	7,3	9,5	32	238
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,6	5,7	25,4	172
<b>Итого</b>				<b>22,9</b>	<b>23,8</b>	<b>73,6</b>	<b>596</b>
<b>Обед</b>							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,5	4,3	14	108
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,6	38,2	225
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	15,4	18,2	15,5	277
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,4	85
<b>Итого</b>				<b>31,1</b>	<b>29,3</b>	<b>118,6</b>	<b>844</b>
<b>Всего</b>				<b>54</b>	<b>53,1</b>	<b>192,2</b>	<b>1440</b>