

Утверждаю

Директо

МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С



МЕНЮ

17 ноября 2021 г.

Возрастная категория 7-11 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	150	3,6	5,6	36,5	206
2016	00	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В ДУХОВКЕ	179		10,1		87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,8	16,7	86
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				6,2	16,5	66,9	434
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,5	4,3	14	108
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,4	5,9	32,1	207
2006	401	Гуляш	80	11,9	13	2,9	169
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	252
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
1986	109	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,8	6,3	28,2	181
Итого				29,8	29,8	103,2	972
Всего				29,8	29,8	103,2	972