

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

22 ноября 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							
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	7,4	9,6	33,2	242
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,4	5,6	25,9	171
2008		ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого				15,9	16,8	95,1	591
Всего				15,9	16,8	95,1	591
Обед							
2006	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	5	8	80
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
2006	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,4	5,9	32,1	207
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,3	14,6	12,4	222
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				27,4	31,2	105,6	802
Всего				27,4	31,2	105,6	802