

Утверждаю


 Директор
 МОУ Великосельская СШ
 /Ежикова М С /

МЕНЮ

25 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							
2006	416	ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	80	12,3	14,6	12,4	222
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	20	137
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,2		0,5	4
Итого				19	20,9	69,5	539
Всего				19	20,9	69,5	539
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,5	4,3	14	108
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	14	15,8	25,4	308
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2006	695	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	75	10,1	5	33,8	217
Итого				30,8	25,4	99,2	748
Всего				30,8	25,4	99,2	748