

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С,

МЕНЮ

30 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							
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ					
2006	422	ТЕФТЕЛИ	150	3,2	5,3	20	137
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	80	10,7	15,7	10,6	216
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	40	2,3	0,8	16,4	84
		КОНФЕТА ФАСОВАНАЯ	200/15	0,2		13,7	55
Итого			30				
Всего				16,8	22,7	63,6	513
				16,8	22,7	63,6	513
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,5	4,3	14	108
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	31,8	187
2006	401	ГУЛЯШ	80	11,9	13	2,9	169
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2006	561	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	4,5	1,7	28,4	144
Итого							
Всего				28,5	24	103,1	723
				28,5	24	103,1	723