

Утверждаю


 Директор  
 МОУ Великосельская СО  
 /Ежикова М С

# МЕНЮ

21 декабря 2021 г.

## Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,9	6,9	24,4	172
2006	416	ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	80	12,4	14,6	13,2	227
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,6	0,9	18,3	93
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
<b>Итого</b>				<b>19,9</b>	<b>22,6</b>	<b>76,1</b>	<b>584</b>
<b>Обед</b>							
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,8	8,1	15,7	157
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	16,6	18,9	30,4	369
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	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 ДЖЕМОМ	80	4,6	2,4	45	215
<b>Итого</b>				<b>30,2</b>	<b>29,7</b>	<b>117,1</b>	<b>856</b>
<b>Всего</b>				<b>50,1</b>	<b>52,3</b>	<b>193,2</b>	<b>1440</b>