

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



# МЕНЮ

23 декабря 2021 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,3	10,2	37,2	276
			31	2,4	0,9	17	87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	7,7	7,8		103
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	200/15	0,2		13,7	55
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008		ПЕЧЕНЬЕ		22,9	21,8	90,2	646
<b>Итого</b>				<b>22,9</b>	<b>21,8</b>	<b>90,2</b>	<b>646</b>
<b>Всего</b>							
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	7	9,1	11,4	150
			180	11,1	10,1	15	189
		РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	26	2	0,3	12,3	60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	0,3	0,1	26,7	107
2006	588	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	50	4,3	3,3	29	159
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"		24,7	22,9	94,4	665
<b>Итого</b>				<b>24,7</b>	<b>22,9</b>	<b>94,4</b>	<b>665</b>
<b>Всего</b>							