

Утверждаю

Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /



МЕНЮ

23 декабря 2021 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	10,3	10,2	37,2	276
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,9	17	87
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
				22,9	21,8	90,2	646
Итого							
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	7	9,1	11,4	150
		РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	11,1	10,1	15	189
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	2	0,3	12,3	60
2006	588	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	200	0,3	0,1	26,7	107
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,3	3,3	29	159
				24,7	22,9	94,4	665
Итого				47,6	44,7	184,6	1311
Всего							