

Утверждаю



Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /

МЕНЮ

27 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	
Завтрак							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	210/5	7,1	9,5	34,9	248
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	5,8	6	26,3	179
2008		ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого				16,1	25,4	97,3	680
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,1	3,1	11,6	92
2006	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	4,2	14	107
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	15,4	18,2	15,6	278
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,8	0,3	11,5	236
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				28,2	26,6	82,8	852
Всего				44,3	52	180,1	1532