

Утверждаю

Директор

Беликосельская СЦ

/Ежикова М С



МЕНЮ

17 января 2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
				7,4	9,4	33,2	241
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	7,4	9,4	33,2	241
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
		КОНФЕТЫ ВАФЕЛЬНЫЕ	30	0,5	2,1	22,3	108
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	5,5	5,6	25,9	173
Итого				23,4	25,7	97,6	708
Обед							
2004	130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	2,2	3,7	7,8	73
2004	224	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3	8,5	15,2	145
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,3	14,6	12,3	222
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				19,7	27,1	61,3	555
Всего				43,1	52,8	158,9	1263