

Утверждаю

Директор

Великосельская СШ

/Ежикова М С



МЕНЮ

25 января 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	150/30	28,6	22,4	40,5	466
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	1	19,8	101
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				31,6	23,4	74	622
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	7	9,1	11,4	150
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	1,2	2,6	5,5	51
2004	216	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	150	9,2	11	17,9	202
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	1	19,8	101
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				22,4	24	80,6	619
Всего				54	47,4	154,6	1241