

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

2 мая 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	185/20	54,05	32,2	30,5	36,5	555
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	60	4,54	4,7	0,6	28,3	137
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,68	0,5		20,4	83
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	9,84	0,4	0,4	8,9	43
Итого				71,12	37,8	31,5	94,1	818
Всего				71,12	37,8	31,5	94,1	818

Калькулятор



Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ «Плесская СШ»
Ламехина А.В./

МЕНЮ

2 мая 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	205/20	48,49	30,2	26,4	32,9	496
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,63	3,8	0,5	23,3	113
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,22	0,4		20,2	82
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	10,69	0,4	0,4	9,7	47
Итого		65,03	34,8	27,3	86,1	738
Всего		65,03	34,8	27,3	86,1	738