



Утверждаю



Директор
Плесская СШ
Д.А.Амохина А.В./

МЕНЮ

3 апреля 2023 г.

7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	180/5	12,92	6,6	7,2	33,1	225
2008		ЙОГУРТ	100	28,80	1,9	1,5	2,9	47
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	19,85	10,5	8,7	24,5	220
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,08	5,9	5,3	0,3	73
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,99	1,9	1,6	24,3	119
Итого				76,65	26,8	24,3	85,1	684
Всего				76,65	26,8	24,3	85,1	684

Калькулятор

Белякова О.Ю.



Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
Ламохина А.В./

МЕНЮ

3 апреля 2023 г.
12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,2	7,2	43,2	272
ЙОГУРТ	100	1,9	1,5	2,9	47
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2	1,6	24,4	119
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	10,5	8,9	23,7	219
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	5,9	5,3	0,3	73
Итого		28,5	24,5	94,5	730
Всего		28,5	24,5	94,5	730