

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
Ламохина А.В./

МЕНЮ

7 апреля 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ	205	24,74	12,2	23,8	38,6	417
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	4,22	1,9	5,1	10,3	96
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,99			19,4	77
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	49	3,76	3,9	0,5	24,2	117
АПЕЛЬСИН	171	32,08	1,5	0,3	13,8	73
Итого		67,80	19,5	29,7	106,3	780
Всего		67,80	19,5	29,7	106,3	780

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

7 апреля 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	265	ПЛОВ	160	25,76	12,8	17	40,2	366
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	65	3,24	1,3	5,1	8,6	87
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,52			19,4	77
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	4,05	4,1	0,5	25,3	123
2008		АПЕЛЬСИН	165	31,03	1,5	0,3	13,4	71
Итого				67,60	19,7	22,9	106,9	724
Всего				67,60	19,7	22,9	106,9	724

Калькулятор

Белякова О.Ю.