

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
16 февраля 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								
2011	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160/5	7,38	6	8,1	38,5	251
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	65/20	37,64	12	14,1	5,3	198
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	205	4,32			31,4	126
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,08	4,2	0,5	25,5	124
Итого				53,43	22,2	22,7	100,7	699
Всего				53,43	22,2	22,7	100,7	699

Калькулятор

Беякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
Ламохина А.В./

МЕНЮ
16 февраля 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	175/5	6,08	6,4	6,7	41	249
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	65/20	38,80	12,4	14,9	4,3	201
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,05			24	96
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,76	3,9	0,5	24,2	117
ВАФЛИ	33	7,50	0,9	1,1	25,8	118
Итого		59,19	23,6	23,2	119,3	781
Всего		59,19	23,6	23,2	119,3	781