

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
Дламохина А.В./

**МЕНЮ**  
20 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	85	42,03	10,5	14,1	1,3	174
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	4,05	4,1	0,5	25,3	123
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	200	9,94			20,9	84
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	65	2,94	0,8	5,1	4,6	67
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	17,38	3,8	10,1	20,2	187
<b>Итого</b>				<b>76,33</b>	<b>19,2</b>	<b>29,8</b>	<b>72,3</b>	<b>635</b>
<b>Всего</b>				<b>76,33</b>	<b>19,2</b>	<b>29,8</b>	<b>72,3</b>	<b>635</b>

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./

# МЕНЮ

20 апреля 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	85	38,92	10,4	13,9	1,2	172
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	4,05	1,2	5	6,8	77
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155/5	17,10	3,7	9,7	20,1	184
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,69	3,9	0,5	23,7	115
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	200	8,40			17,6	71
Итого		72,17	19,2	29,1	69,4	619
Всего		72,17	19,2	29,1	69,4	619