

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
22 февраля 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ 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	54,56	32,7	30,5	35,9	554
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	57	4,38	4,5	0,6	27,4	133
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,73	0,5		20,4	83
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	10,56	0,4	0,4	9,6	46
2008		ВАФЛИ	42	9,53	1,2	1,4	32,7	150
Итого				81,76	39,3	32,9	126	966
Всего				81,76	39,3	32,9	126	966

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
22 февраля 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	195/20	52,57	32,1	28,1	35,6	531
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	4,06	4,3	0,5	26,1	127
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,51	0,4		20,2	82
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	9,50	0,4	0,4	8,6	41
Итого		68,64	37,2	29	90,5	781
Всего		68,64	37,2	29	90,5	781