

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./

**МЕНЮ**  
22 мая 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	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	180/5	15,04	5,4	6,8	37,8	235
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,95	1,9	1,6	24,3	119
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,00	5,9	5,3	0,3	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	19,29	10,3	8,4	24,7	218
2008		ЙОГУРТ	100	28,80	1,9	1,5	2,9	47
<b>Итого</b>				<b>78,09</b>	<b>25,4</b>	<b>23,6</b>	<b>90</b>	<b>692</b>
<b>Всего</b>				<b>78,09</b>	<b>25,4</b>	<b>23,6</b>	<b>90</b>	<b>692</b>

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./

# МЕНЮ

22 мая 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	15,43	6,1	6,8	44,9	266
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,80	1,8	1,6	23,7	116
ЯЙЦО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	60	8,00	5,9	5,3	0,3	73
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55/30	18,85	10,7	8,6	27,2	231
Итого		47,08	24,5	22,3	96,1	686
Всего		47,08	24,5	22,3	96,1	686