

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./

# МЕНЮ

23 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>								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,74	7,8	2	35,2	190
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	20,76	9,6	13	7,8	187
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	70	12,87	0,7	4,9	2,5	58
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ в ассорт.	200	8,40	1	0,2	19,6	83
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	52	3,97	4,1	0,5	24,7	120
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
<b>Итого</b>				<b>65,34</b>	<b>24,6</b>	<b>21</b>	<b>111,9</b>	<b>737</b>
<b>Всего</b>				<b>65,34</b>	<b>24,6</b>	<b>21</b>	<b>111,9</b>	<b>737</b>

Калькулятор  Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
Ламохина А.В./

# МЕНЮ

23 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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	2,63	5,4	1,5	24,7	133
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	110	22,59	10,7	14,4	7,5	203
СОК ФРУКТОВЫЙ в ассорт.	213	8,94	1,1	0,2	20,9	89
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	95	17,26	0,9	5,2	3,5	66
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	57	4,32	4,5	0,6	27,8	135
Итого		55,73	22,6	21,9	84,4	626
Всего		55,73	22,6	21,9	84,4	626