

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
Ламохина А.В./

**МЕНЮ**  
2 декабря 2022 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	3,26	1,4	5	7,2	80
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	22,55	9,7	16,8	24,3	288
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	16,00	1,4	0,4	22,1	99
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,44			19,4	77
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	63	4,44	4,9	0,6	29,8	144
<b>Итого</b>				<b>50,69</b>	<b>17,4</b>	<b>22,8</b>	<b>102,8</b>	<b>688</b>
<b>Всего</b>				<b>50,69</b>	<b>17,4</b>	<b>22,8</b>	<b>102,8</b>	<b>688</b>

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
Ламохина А.В./



# МЕНЮ

2 декабря 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	105	4,35	2	5,1	10,6	98
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	180	27,96	12,1	19,2	23,9	319
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,90			19,4	77
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	3,78	4,3	0,5	26,1	127
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,99	1,4	0,4	22,1	99
Итого		55,98	19,8	25,2	102,1	720
Всего		55,98	19,8	25,2	102,1	720