

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
Ламохина А.В./

МЕНЮ

12 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	
Завтрак								
2011	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	200/5	18,13	6,7	9,3	46,6	297
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,61	2,2	1,6	25,8	127
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,00	5,9	5,3	0,3	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	17,81	10,2	8,2	25	216
2008		ЙОГУРТ	100	28,50	1,9	1,5	2,9	47
Итого				80,05	26,9	25,9	100,6	760
Всего				80,05	26,9	25,9	100,6	760

Кухонный мастер: *Бухаров В.И.* (Бухаров В.И.)

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./



МЕНЮ
12 декабря 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	15,41	6,2	7,1	45,2	271
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,54	2,2	1,6	25,9	127
ЯЙЦО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	71	8,00	5,9	5,3	0,3	73
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60/30	21,15	11,9	9,9	28,4	253
ЙОГУРТ	97	28,50	1,9	1,5	2,9	47
Итого		80,61	28,1	25,4	102,7	771
Всего		80,61	28,1	25,4	102,7	771

Компьютер: Виль (Билкова Р.В.)