



Утверждаю

Директор

И.М. КОУ Плесская СШ
Плесская СШ / Ламохина А.В./

МЕНЮ

1 февраля 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	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	185	28,52	16,4	21,4	3,3	273
2008		ПЕЧЕНЬЕ	43	6,17	3,2	4,1	31,8	177
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,10	4,2	0,5	25,6	124
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,63	0,4		20,3	83
2008		МАНДАРИН	100	17,69	0,8	0,2	7,5	38
Итого				55,02	25	26,2	88,5	695
Всего				55,02	25	26,2	88,5	695

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./



МЕНЮ

1 февраля 2023 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	210	29,11	16,4	21,3	3,5	273
ПЕЧЕНЬЕ	40	5,68	3	3,8	29,2	163
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	4,06	4,3	0,5	26,1	127
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,49	0,4		20,2	82
МАНДАРИН	42	7,47	0,3	0,1	3,2	16
Итого		48,80	24,4	25,7	82,2	661
Всего		48,80	24,4	25,7	82,2	661

Медицинская сестра

Белякова О.Ю.