

Утверждаю



Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

# МЕНЮ

13 февраля 2023 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	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	180/5	16,10	5,6	8,1	38,1	248
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,38	2,1	1,6	24,6	122
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,10	5,9	5,3	0,3	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	54/30	19,68	10,5	8,5	25,5	223
2008		ЙОГУРТ	100	28,39	1,9	1,4	2,9	46
<b>Итого</b>				<b>79,66</b>	<b>26</b>	<b>24,9</b>	<b>91,4</b>	<b>712</b>
<b>Всего</b>				<b>79,66</b>	<b>26</b>	<b>24,9</b>	<b>91,4</b>	<b>712</b>

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./

**МЕНЮ**  
13 февраля 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	14,98	6,2	6,6	44,9	264
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,19	2	1,6	24,5	120
ЯЙЦО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	60	8,13	5,9	5,3	0,3	73
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	19,84	10,4	8,8	24,2	220
ЙОГУРТ	100	28,80	1,9	1,5	2,9	47
Итого		78,94	26,4	23,8	96,8	724
Всего		78,94	26,4	23,8	96,8	724