

Утверждаю



Директор
МКОУ Плесская СШ
/А.В.Ламохина/

МЕНЮ

5 июня 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

2011	417	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	200/5	15,50	5,1	7,3	40,2	248
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,79	1,9	1,6	24,1	118
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	19,49	10,4	8,5	25	221
		ВОДА БУТИЛИРОВАННАЯ	244	12,20				
Итого				53,98	17,4	17,4	89,3	587

Обед

2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,89	4,1	0,5	25	121
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	63	2,83	4,2	0,6	26,9	129
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/10	21,21	8,7	12,4	15,1	212
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВ,	150/5	6,42	5,2	9,4	33,4	240
2011	281	ПОЛУФАБР. РУБЛЕННЫЕ ДОМАШНИЕ КОТЛЕТЫ	75	24,63	7,6	24,9	6,6	281
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	195	8,20	1	0,2	19,1	81
Итого				67,17	30,8	48	126,1	1064
Всего				121,15	48,2	65,4	215,4	1651

Калькулятор _____

О.Ю. Белякова