

Утверждаю



Директор
МКОУ Плеская СШ
/А.В.Ламохина/

МЕНЮ

9 июня 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,89	4,1	0,5	25	121
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,70	0,5		20,4	83
		ВОДА БУТИЛИРОВАННАЯ	250	12,50				
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	200	14,04	8,1	8,2	42,4	277
Итого				33,12	12,7	8,7	87,8	481
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
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	13,81	3,9	6	22,5	159
2008	259	ГУЛЯШ	100	20,95	10,3	13,2	12,3	211
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	18,93	8,6	11	15,1	195
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	8,40	1	0,2	19,6	83
2008		ЙОГУРТ	97	0,00	1,9	1,5	2,9	47
Итого				68,81	34	33	124,3	945
Всего				101,94	46,7	41,7	212,1	1426

Калькулятор

О.Ю. Белякова