

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/А.В.Ламохина/



## МЕНЮ

13 июня 2023 г.

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

2011	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	14,32	8,1	8,2	47,2	296
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,79	1,9	1,6	24,1	118
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	20,50	10,8	9,1	25	227
<b>Итого</b>				<b>41,62</b>	<b>20,8</b>	<b>18,9</b>	<b>96,3</b>	<b>641</b>

### Обед

2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	14,23	5	5,3	18,3	142
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	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,15	5,9	10,4	26,8	224
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) С ПОДЛИВОЙ	70/30	38,51	12,5	14,5	5,1	203
2008	411	КИСЕЛЬ	200	3,78			28,5	114
<b>Итого</b>				<b>70,38</b>	<b>31,7</b>	<b>31,3</b>	<b>130,6</b>	<b>933</b>
<b>Всего</b>				<b>112,00</b>	<b>52,5</b>	<b>50,2</b>	<b>226,9</b>	<b>1574</b>

Калькулятор

О.Ю. Белякова