

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ

9 января 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	
Завтрак								
2011	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	180/5	15,14	7	8,9	33,6	243
2008		ЙОГУРТ	100	28,80	1,9	1,5	2,9	47
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	85/30	29,41	15,9	12,6	40,3	341
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	7,88	5,7	5,2	0,3	71
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,68	2,2	1,7	24,8	124
Итого				88,90	32,7	29,9	101,9	826
Всего				88,90	32,7	29,9	101,9	826

Компьютер: *Ваш* /Быховская Д.Ю./

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

9 января 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	15,55	8,8	8,9	44	293
ЙОГУРТ	100	28,80	1,9	1,5	2,9	47
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,68	2,1	1,8	24,6	124
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	65/30	26,53	14	11,8	32,7	295
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,00	5,9	5,3	0,3	73
Итого		86,56	32,7	29,3	104,5	832
Всего		86,56	32,7	29,3	104,5	832

Контроль: *Винер / Белякова О.Ю.*