

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./



МЕНЮ

19 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	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	5,95	5,3	6,9	34,2	221
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	65/20	37,35	11,9	14,1	5,3	196
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,36			25,8	103
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	51	3,93	4	0,5	24,5	119
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	70	2,15	0,8	5,1	4,4	66
Итого				52,74	22	26,6	94,2	705
Всего				52,74	22	26,6	94,2	705



Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

19 января 2023 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	175/5	6,21	6,4	6,9	41	252
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	70/20	45,23	14,3	16,8	5	229
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	195	3,26			24,5	98
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	51	3,90	4,1	0,5	25,1	122
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	3,06	1,2	5,1	6,9	78
Итого		61,66	26	29,3	102,5	779
Всего		61,66	26	29,3	102,5	779