

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
24 января 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	283	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	24,48	7,6	22,8	6,6	262
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	65	14,52	0,5	5,1	1,8	57
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	6,07	5,3	7	34,2	221
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	4,05	4,1	0,5	25,3	123
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ в ассортименте	204	8,58	1	0,2	20	85
Итого				57,69	18,5	35,6	87,9	748
Всего				57,69	18,5	35,6	87,9	748

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

24 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	180/5	6,21	6,4	6,9	41	252
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	24,42	7,6	22,8	6,6	262
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	95	18,67	0,7	7	2,4	77
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	51	3,90	4,1	0,5	25,1	122
СОК ФРУКТОВЫЙ в ассортименте	200	8,08	1	0,2	18,8	80
Итого		61,28	19,8	37,4	93,9	793
Всего		61,28	19,8	37,4	93,9	793

Медицинская сестра

Белякова О.Ю.