Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

26 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	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	85	41,69	10,4	14,1	1,2	173
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	4,05	4,1	0,5	25,3	123
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	200	9,94			20,9	84
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	65	2,23	0,8	5,1	4,4	66
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	16,95	4	10,2	21,4	193
Итого				**74,86**	**19,3**	**29,9**	**73,2**	**639**
Всего				**74,86**	**19,3**	**29,9**	**73,2**	**639**

Калькулятор _____ Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
_____ /Ламохина А.В./

МЕНЮ

26 января 2023 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	85	40,64	10,1	14,2	1,2	173
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	3,00	1,2	5	6,6	75
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	17,40	4	10,3	21,7	197
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	51	3,90	4,1	0,5	25,1	122
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	200	8,88			18,7	75
Итого		73,83	19,4	30	73,3	642
Всего		73,83	19,4	30	73,3	642

Медицинская сестра _____ Белякова О.Ю.