

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ

10 ноября 2022 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								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/20	49,69	30,1	30,1	33,4	530
2008		ВАФЛИ	30	6,32	0,8	0,9	20,8	95
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	3,77	4,1	0,5	25,3	123
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,73	0,4		20,3	83
Итого				62,52	35,4	31,5	99,8	831
Всего				62,52	35,4	31,5	99,8	831

Калькулятор: *Ламохина А.В.*

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
10 ноября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	51,90	31,4	30,4	34,3	544
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,57	4	0,5	24,6	119
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,52	0,4		20,2	82
ВАФЛИ	30	6,65	0,8	0,9	21,9	100
Итого		64,63	36,6	31,8	101	845
Всего		64,63	36,6	31,8	101	845

Контроль: *Ваша* /Билыкова О.В./