

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
15 ноября 2022 г.

7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	7,75	8,1	2,1	36,4	196
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	20,92	9,6	13,6	6,9	189
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	65	8,09	0,6	5,1	2,5	59
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ в ассорт.	200	8,22	1	0,2	19,2	82
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	3,82	4,2	0,5	25,6	124
Итого				48,79	23,5	21,5	90,6	650
Всего				48,79	23,5	21,5	90,6	650

Калькулятор: *Ваша* (Бусыкова Д.Ю.)

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
15 ноября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,20	6	1,6	27,5	148
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	95	20,79	9,4	13,6	6	185
СОК ФРУКТОВЫЙ в ассорт.	200	8,56	1	0,2	20	85
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	11,58	1	5,1	3,6	66
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,50	3,9	0,5	24,2	117
Итого		48,63	21,3	21	81,3	601
Всего		48,63	21,3	21	81,3	601

Валыулетор: *Ваша* (Бмякова О.Ю.)