



Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

24 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								
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	90	44,56	10,8	14,4	1,2	177
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	57	4,03	4,4	0,6	27,1	131
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	200	10,11			22,3	90
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	75	2,70	0,9	5,2	4,9	69
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	17,35	4,3	10,7	23,7	210
Итого				78,77	20,4	30,9	79,2	677
Всего				78,77	20,4	30,9	79,2	677

Калькулятор: *В.В.В. (Билкова В.В.)*

Утверждаю

Директор
Плесская СШ
Памохина А.В./



МЕНЮ

24 ноября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	90	44,65	10,8	14,4	1,3	178
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	110	3,67	1,3	5	7,4	80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	17,86	4,4	11	24,5	216
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	3,86	4,3	0,5	26,7	129
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	200	8,98			19,8	80
Итого		79,02	20,8	30,9	79,7	683
Всего		79,02	20,8	30,9	79,7	683

Калькулятор: Коф (Беняков Д.Ю.)