



**МЕНЮ**  
28 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	180/5	14,61	5,5	7,2	37,9	239
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,75	1,9	1,6	24	118
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,00	5,9	5,3	0,3	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	57/30	18,73	10,7	8,6	27,1	230
2008		ЙОГУРТ	100	28,17	1,9	1,4	2,9	46
<b>Итого</b>				<b>76,27</b>	<b>25,9</b>	<b>24,1</b>	<b>92,2</b>	<b>706</b>
<b>Всего</b>				<b>76,27</b>	<b>25,9</b>	<b>24,1</b>	<b>92,2</b>	<b>706</b>

Калькулятор: *В.В. Билмова 0.10*



Директор  
МКОУ Плесская СШ  
Ламохина А.В./

# МЕНЮ

28 ноября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	15,08	6,2	7	45	268
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,57	1,8	1,6	23,8	117
ЯЙЦО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	60	8,00	5,9	5,3	0,3	73
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55/30	19,35	11,1	9	27,8	238
ЙОГУРТ	100	28,50	1,9	1,5	2,9	47
Итого		77,50	26,9	24,4	99,8	743
Всего		77,50	26,9	24,4	99,8	743

Калькулятор: *В.В.В.* (Билимов В.В.)