

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./



# МЕНЮ

3 октября 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	180/5	12,72	6,7	7,4	33,1	226
2008		ЙОГУРТ	100	28,50	1,9	1,5	2,9	47
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	52/30	18,39	10,4	8,5	24,7	219
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,31	5,8	5,3	0,3	73
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,91	1,8	1,6	23,8	117
<b>Итого</b>				<b>74,84</b>	<b>26,6</b>	<b>24,3</b>	<b>84,8</b>	<b>682</b>
<b>Всего</b>				<b>74,84</b>	<b>26,6</b>	<b>24,3</b>	<b>84,8</b>	<b>682</b>

Повар

*МВ*

Виноградова М.В.

Калькулятор: *В.В. Билибин (В.В.)*

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./

# МЕНЮ

3 октября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	13,52	8,4	7,6	43,5	278
ЙОГУРТ	100	28,50	1,9	1,5	2,9	47
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,89	2,1	1,6	24,9	123
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	18,31	10,5	8,5	25,6	223
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,20	5,9	5,3	0,3	73
Итого		76,42	28,8	24,5	97,2	744
Всего		76,42	28,8	24,5	97,2	744

Зав. производством (шеф-повар)

*МВ*

Виноградова М.В.

Калькулятор: *Вар* (Беляков Р.Ю.)