



Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

4 октября 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	283	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	23,30	7,6	22,8	6,6	262
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	65	7,67	0,5	5,1	1,8	57
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/4	5,67	5,3	4,1	34,2	195
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,17			27,5	110
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	52	3,69	4,1	0,5	24,7	120
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	84	9,57	0,3	0,3	8,3	40
Итого				54,08	17,8	32,8	103,1	784
Всего				54,08	17,8	32,8	103,1	784

Повар МВЗ Виноградова М.В.

Калькулятор: Витя / Биланов Д.Д.

Утверждаю



Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

4 октября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/5	6,27	6,4	6,9	41	252
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	23,42	7,6	22,8	6,6	262
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	10,03	0,8	7,1	2,5	78
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	3,78	4,3	0,5	26,1	127
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,97			26,7	107
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	10,28	0,4	0,4	8,9	43
Итого		57,75	19,5	37,7	111,8	869
Всего		57,75	19,5	37,7	111,8	869

Зав. производством (шеф-повар) МВЗ Виноградова М.В.

Контроль: Ваш (Белжов Р.И.)