

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плеская СШ  
/Ламохина А.В./



# МЕНЮ

10 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ,	180/5	14,28	5,4	6,8	37,8	235
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,95	1,9	1,6	24,3	119
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	8,03	5,9	5,3	0,3	73
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	52/30	18,39	10,4	8,5	24,7	219
<b>Итого</b>				<b>47,65</b>	<b>23,6</b>	<b>22,2</b>	<b>87,1</b>	<b>646</b>
<b>Всего</b>				<b>47,65</b>	<b>23,6</b>	<b>22,2</b>	<b>87,1</b>	<b>646</b>

Повар МВЗ Виноградова М.В.

(Ближкова Р.Ю.) Ламохина А.В. Коллектив

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./



**МЕНЮ**  
10 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	15,20	6,3	6,8	45,1	267
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,41	2,1	1,6	24,7	122
ЯЙЦО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	60	8,07	5,9	5,3	0,3	73
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/30	19,09	10,8	9	25,1	226
Итого		49,76	25,1	22,7	95,2	688
Всего		49,76	25,1	22,7	95,2	688

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

Калькулятор: Ваш / Бенякова О.Ю.