

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ

11 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	
Завтрак								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,85	6	1,6	27,5	148
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	20,40	9,4	13,1	6,7	183
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	70	8,26	0,7	4,9	2,5	58
2011	389	СОК / НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ	200	8,40	1	0,2	19,6	83
2008		ПЕЧЕНЬЕ	21	2,95	1,6	2	15,4	86
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	52	3,69	4,1	0,5	24,7	120
Итого				49,56	22,8	22,3	96,4	678
Всего				49,56	22,8	22,3	96,4	678

Повар МВ Виноградова М.В.

Контроль: Виниф (Билкова О.Ю.)

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
11 октября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,20	6	1,6	27,5	148
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	105	23,81	10,9	15,2	6,3	206
СОК / НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ	200	8,24	1	0,2	19,2	82
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	11,59	1	5,2	3,6	67
ПЕЧЕНЬЕ	39	5,49	2,9	3,7	28,7	160
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	52	3,71	4,2	0,5	25,6	124
Итого		57,03	26	26,4	110,9	787
Всего		57,03	26	26,4	110,9	787

Зав. производством (шеф-повар)

МВ

Виноградова М.В.

Калькулятор: *В.В. (Билыков Д.Ю.)*