



Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

19 октября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	48,79	30,9	27,2	34,2	512
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	51	3,63	4,1	0,5	25,1	122
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,66	0,4		20,2	82
ВАФЛИ	12	2,71	0,3	0,4	8,9	41
Итого		57,79	35,7	28,1	88,4	757
Всего		57,79	35,7	28,1	88,4	757

Калькулятор: *Валерий (Билкобо О.Ю.)*

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./



МЕНЮ
19 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								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	185/20	50,53	32,3	28,5	35,7	534
2008		ВАФЛИ	35	8,29	1	1,2	27,3	125
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	57	4,08	4,5	0,6	27,4	133
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,85	0,5		20,4	83
Итого				65,76	38,3	30,3	110,8	875
Всего				65,76	38,3	30,3	110,8	875

Повар Л.В.В. Виноградова М.В.

Калькулятор: В.В.В. (Былкова О.И.)