

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
28 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	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	65	3,08	1,3	5	6,8	78
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	20,53	8,9	16,2	23,3	276
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	16,01	1,4	0,4	22,1	99
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,04			19,4	77
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	3,86	4,2	0,5	25,9	125
Итого				47,52	15,8	22,1	97,5	655
Всего				47,52	15,8	22,1	97,5	655

Калькулятор: В.В. (Башнова О.В.)

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
28 октября 2022 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	4,24	1,9	5,2	10,5	97
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	180	24,17	10,7	18	24,5	303
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,82			19,4	77
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	52	3,71	4,2	0,5	25,6	124
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	16,26	1,4	0,4	22,1	99
Итого		52,20	18,2	24,1	102,1	700
Всего		52,20	18,2	24,1	102,1	700

Калькулятор: Визр (Белякова Р.Ю.)