

Утверждаю



Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

9 сентября 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	265	ПЛОВ	150	23,68	12,2	13,8	37,8	324
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	3,34	1,4	5,2	8,9	89
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,48			19,4	77
2008		ГРУША	223	27,31	0,9	0,7	23	105
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	55	3,90	4,3	0,5	26,2	127
Итого				62,71	18,8	20,2	115,3	722
Всего				62,71	18,8	20,2	115,3	722

Повар Лав Виноградова М.В.

Калькулятор: Виноградова М.В. (Билкова О.Ю.)

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

9 сентября 2022 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ	200	25,71	12,7	14,5	38,7	338
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	4,09	1,9	5,2	10,5	98
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,37			19,4	77
ГРУША	228	27,84	0,9	0,7	23,5	107
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	3,86	4,3	0,5	26,7	129
Итого		65,86	19,8	20,9	118,8	749
Всего		65,86	19,8	20,9	118,8	749

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

Калькулятор: Ваша (Билкова Р.Ю.)