



Утверждаю

Директор

МКОУ Глесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

14 сентября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	29,04	16,1	21,5	2,9	270
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	104	10,64	0,4	0,4	10,2	49
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	200	10,23				
2008		ЙОГУРТ	100	28,50	1,9	1,5	2,9	47
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	58	4,13	4,5	0,6	27,6	134
Итого				82,54	22,9	24	43,6	500
Всего				82,54	22,9	24	43,6	500

Повар

МВ

Виноградова М.В.

Калькулятор: Билко Р.И.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ

14 сентября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	31,40	17,6	22,4	3,6	288
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	94	9,63	0,4	0,4	9,2	44
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	200	17,60			38,8	156
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	3,78	4,3	0,5	26,1	127
ЙОГУРТ	100	28,50	1,9	1,5	2,9	47
Итого		90,91	24,2	24,8	80,6	662
Всего		90,91	24,2	24,8	80,6	662

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

Калькулятор: Виниф (Билекова В.Ю.)