

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

16 сентября 2022 г.

7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	65	3,13	1,3	5	7	78
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	21,98	9,3	16,4	24,4	282
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	16,36	1,4	0,4	22,1	99
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,72			19,4	77
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	60	4,23	4,7	0,6	28,3	137
2008		БАНАН	126	17,83	1,9	0,6	26,4	121
Итого				68,24	18,6	23	127,6	794
Всего				68,24	18,6	23	127,6	794

Повар ММЗ Виноградова М.В.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
16 сентября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	105	4,33	2	5,2	10,8	100
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	210	27,25	11,8	18,5	31,8	341
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	12,87	1,4	0,4	22,1	99
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,57			19,4	77
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	57	4,02	4,5	0,6	27,8	135
БАНАН	128	18,09	1,9	0,6	26,8	123
Итого		71,12	21,6	25,3	138,7	875
Всего		71,12	21,6	25,3	138,7	875

Зав. производством (шеф-повар)

МВ

Виноградова М.В.