



Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./



# МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	5,26	6,2	1,6	27,9	151
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	95	20,56	9,4	13,4	6,4	184
СОК / НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ	180	7,38	0,9	0,2	17,7	75
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	8,65	1	5,1	3,6	66
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,90	1,5	1,9	14,6	81
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	3,78	4,3	0,5	26,1	127
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	287	29,36	1,1	1,1	28,1	135
Итого		77,88	24,4	23,8	124,4	819
Всего		77,88	24,4	23,8	124,4	819

Зав. производством (шеф-повар)

МВ

Виноградова М.В.