

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
29 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								
2011	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	6,48	5,3	7	34,2	221
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	65/20	45,17	11,7	14,1	4,3	191
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,31			27,5	110
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	52	3,69	4,1	0,5	24,7	120
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	65	5,00	0,6	5	2,1	57
Итого				64,65	21,7	26,6	92,8	699
Всего				64,65	21,7	26,6	92,8	699

Повар Мерз Виноградова М.В.

Калькулятор Вар Бонькова И.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
29 сентября 2022 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/5	6,95	6,4	6,9	41	252
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	65/20	46,05	12,1	14,7	5,1	201
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,47			28,5	114
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	53	3,78	4,3	0,5	26,1	127
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	105	9,21	1	5,1	3,8	67
Итого		70,46	23,8	27,2	104,5	761
Всего		70,46	23,8	27,2	104,5	761

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

Контроль: Витер (Билыкова В.Ю.)