

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./



## МЕНЮ

3 октября 2023 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	70	16,36	0,8	4,7	2,7	58
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	6,23	5,3	7,1	34,2	222
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,14	4	1,4	26,7	137
2011	281	ПОЛУФАБР. РУБЛЕННЫЕ ДОМАШНИЕ КОТЛЕТЫ	75	24,32	7,6	22,1	6,6	256
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ в ассортименте	200	8,50	1	0,2	19,8	84
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	11,59	0,4	0,4	9,1	44
<b>Итого</b>				<b>71,14</b>	<b>19,1</b>	<b>35,9</b>	<b>99,1</b>	<b>801</b>
<b>Всего</b>				<b>71,14</b>	<b>19,1</b>	<b>35,9</b>	<b>99,1</b>	<b>801</b>

Калькулятор

Беякова О.Ю.

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./

# МЕНЮ

3 октября 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/5	6,00	6,4	6,7	41	251
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	24,39	7,6	22,6	6,6	260
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	150	30,39	1,4	5,3	4,6	73
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	41	3,11	3,1	1,1	20,6	106
СОК ФРУКТОВЫЙ в ассортименте	200	8,24	1	0,2	19,2	82
ФРУКТЫ	117	14,67	0,5	0,5	11,5	55
Итого		86,78	20	36,4	103,5	827
Всего		86,78	20	36,4	103,5	827