

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

4 октября 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,14	4	1,4	26,7	137
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,02	0,5		20,4	83
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	150/20	49,74	26,3	29	23,2	470
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
Итого				72,51	32,2	30,8	92,4	789
Всего				72,51	32,2	30,8	92,4	789

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./

МЕНЮ
4 октября 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	195/20	55,70	32,4	33,8	24,1	546
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	39	2,95	2,9	1	19,6	101
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,74	0,4		20,2	82
ФРУКТЫ	126	15,72	0,5	0,5	12,3	59
Итого		77,12	36,2	35,3	76,2	788
Всего		77,12	36,2	35,3	76,2	788