

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./



# МЕНЮ

5 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	70	9,22	0,8	5,2	2,7	61
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	6,14	5,3	7,5	34,2	225
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,09	3,9	1,4	26,3	136
2011	281	ПОЛУФАБР. РУБЛЕННЫЕ ДОМАШНИЕ КОТЛЕТЫ	75	24,38	7,6	22,8	6,6	262
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ в асорт	200	8,40	1	0,2	19,6	83
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	109	13,68	0,4	0,4	10,7	52
<b>Итого</b>				<b>65,92</b>	<b>19</b>	<b>37,5</b>	<b>100,1</b>	<b>819</b>
<b>Всего</b>				<b>65,92</b>	<b>19</b>	<b>37,5</b>	<b>100,1</b>	<b>819</b>

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./

**МЕНЮ**  
5 сентября 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	5,97	6,4	6,9	41	252
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	24,38	7,6	22,8	6,6	262
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	80	9,90	0,7	5,1	2,5	60
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	46	3,52	3,5	1,2	23,3	120
СОК ФРУКТОВЫЙ в ассортименте	200	8,40	1	0,2	19,6	83
ФРУКТЫ	85	10,67	0,3	0,3	8,4	40
Итого		62,83	19,5	36,5	101,4	817
Всего		62,83	19,5	36,5	101,4	817