

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Дямохина А.В./

МЕНЮ

6 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	265	ПЛОВ	165	29,17	12,4	18,2	37,6	366
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	65	4,24	1,2	5,1	6,4	76
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,14	4	1,4	26,7	137
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	200	11,00			23,1	93
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
Итого				64,15	19	25,1	115,9	771
Всего				64,15	19	25,1	115,9	771

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
Ламохина А.В./

МЕНЮ
6 октября 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ	210	29,58	12,4	18,3	39,5	373
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	105	3,96	1,8	5,2	8,1	87
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	200	9,43			19,8	80
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	44	3,34	3,3	1,1	22,1	114
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
Итого		61,90	18,9	25	111,6	753
Всего		61,90	18,9	25	111,6	753