

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
Памохина А.В./



# МЕНЮ

7 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>								
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	85	38,65	10,2	13,8	1,2	170
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,09	3,9	1,4	26,3	136
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,31			19,4	77
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	70	4,75	1	5,2	5,9	74
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155/5	21,39	4,2	9,9	24,2	204
<b>Итого</b>				<b>72,20</b>	<b>19,3</b>	<b>30,3</b>	<b>77</b>	<b>661</b>
<b>Всего</b>				<b>72,20</b>	<b>19,3</b>	<b>30,3</b>	<b>77</b>	<b>661</b>

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./



## МЕНЮ

7 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>						
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	70	29,99	7,5	14	1,3	161
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	70	4,30	0,9	5	5,2	70
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190/5	24,32	5,1	10,5	30	235
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	44	3,38	3,3	1,2	22,4	116
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,65			19,4	77
Итого		64,65	16,8	30,7	78,3	659
Всего		64,65	16,8	30,7	78,3	659