



Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

11 декабря 2023 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/25	28,74	10,5	19,8	110,9	406
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,82	3,8	1,3	25,3	131
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,47	2	1,6	24,3	119
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	13,71	1,4	0,4	22,1	99
ВАФЛИ	30	6,75	0,8	1	23,2	106
Итого		59,49	18,5	24,1	205,8	861
Обед						
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	38	2,86	2,8	1	19	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,27	3,4	0,4	21,5	104
СУП ГОРОХОВЫЙ	250	19,20	11,3	10,5	18,5	213
ЧАЙ С САХАРОМ.	200	2,27	0,3		20,1	81
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	155	30,01	11,4	15,2	23,9	279
Итого		56,61	29,2	27,1	103	775
Всего		116,10	47,7	51,2	308,8	1636