

Утверждаю



Директор  
МКОУ Плесская СШ  
Дламохина А.В./

# МЕНЮ

13 октября 2023 г.

7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	3,07	1,3	4,8	6,5	74
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С КУРИЦЕЙ	170	25,26	10,2	16,3	26,8	295
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,14	4	1,4	26,7	137
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,04	0,5		20,4	83
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
<b>Итого</b>				<b>51,10</b>	<b>17,4</b>	<b>22,9</b>	<b>102,5</b>	<b>688</b>
<b>Всего</b>				<b>51,10</b>	<b>17,4</b>	<b>22,9</b>	<b>102,5</b>	<b>688</b>

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./

**МЕНЮ**  
13 октября 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	105	3,89	1,8	4,9	8,1	85
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	205	23,26	9,6	15,9	26	286
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,62	0,3		20,1	82
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	40	3,03	3	1	20,1	104
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
БАНАН	127	37,02	1,9	0,6	26,7	122
Итого		85,42	18	22,8	123,1	778
Всего		85,42	18	22,8	123,1	778