

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
14 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	
Завтрак								
2011	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	6,41	5,3	7,7	34,2	227
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	70/20	40,19	12,9	14,9	5,7	210
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,25			29,3	117
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	58	4,41	4,2	1,5	28,3	146
Итого				55,25	22,4	24,1	97,5	700
Всего				55,25	22,4	24,1	97,5	700

Калькулятор  Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
14 сентября 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	175/5	5,59	6,4	6,5	41	248
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	60/18	35,59	11,4	13,8	4,2	189
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	40	3,08	3	1	20,4	105
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	210	5,61			36,8	147
Итого		49,87	20,8	21,3	102,4	689
Всего		49,87	20,8	21,3	102,4	689