

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

# МЕНЮ

15 декабря 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	3,00	1,2	5	6,4	75
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С КУРИЦЕЙ	155	25,52	9,7	16,7	22,9	281
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,14	4	1,4	26,7	137
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,02	0,5		20,4	83
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
<b>Итого</b>				<b>51,28</b>	<b>16,8</b>	<b>23,5</b>	<b>98,5</b>	<b>675</b>
<b>Всего</b>				<b>51,28</b>	<b>16,8</b>	<b>23,5</b>	<b>98,5</b>	<b>675</b>

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

# МЕНЮ

15 декабря 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	130	4,58	2,2	5,2	9,2	94
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	175	27,35	10,4	16,5	21,7	278
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,14	0,2		19,8	80
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,82	3,8	1,3	25,3	131
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,10	1,4	0,4	22,1	99
Итого		51,99	18	23,4	98,1	682
<b>Обед</b>						
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	115/5	6,05	2,3	3,3	24,8	139
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,70	0,4		20,2	82
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	19,90	9	9,5	19,1	198
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	35	2,66	2,6	0,9	17,7	91
ГУЛЯШ	95	25,62	9,3	16,2	6,1	208
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,69	4	0,5	25,6	123
Итого		59,63	27,6	30,4	113,5	841
Всего		111,62	45,6	53,8	211,6	1523