

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./



# МЕНЮ

17 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>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	70	16,60	0,8	5,2	2,8	61
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	6,33	5,3	7,5	34,2	225
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	55	4,19	4	1,4	27	139
2011	281	ПОЛУФАБР. РУБЛЕННЫЕ ДОМАШНИЕ КОТЛЕТЫ	75	24,42	7,6	22,8	6,6	262
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ в ассортименте	202	8,50	1	0,2	19,8	84
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	157	19,61	0,6	0,6	15,4	74
<b>Итого</b>				<b>79,66</b>	<b>19,3</b>	<b>37,7</b>	<b>105,8</b>	<b>845</b>
<b>Всего</b>				<b>79,66</b>	<b>19,3</b>	<b>37,7</b>	<b>105,8</b>	<b>845</b>

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор  
МКОУ Плесская СШ  
/Ламохина А.В./

# МЕНЮ

17 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>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/5	6,02	6,4	6,7	41	251
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	24,41	7,6	22,8	6,6	262
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	115	26,27	1,1	5,3	3,7	68
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	40	3,05	3	1	20,2	104
СОК ФРУКТОВЫЙ в assort	200	8,40	1	0,2	19,6	83
ФРУКТЫ	153	19,09	0,6	0,6	15	72
Итого		87,24	19,7	36,6	106,1	840
Всего		87,24	19,7	36,6	106,1	840