

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
19 сентября 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	
Завтрак								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	70	9,42	0,8	5,2	2,8	61
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	6,22	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	24,38	7,6	22,8	6,6	262
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ в ассортимент	205	8,60	1	0,2	20,1	86
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	131	16,37	0,5	0,5	12,8	62
Итого				69,18	19,2	37,6	103,5	835
Всего				69,18	19,2	37,6	103,5	835

Калькулятор



Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
19 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	180/5	5,74	6,4	6,7	41	249
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	24,36	7,6	22,8	6,6	262
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	110	13,48	1	5,2	3,5	66
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,82	3,8	1,3	25,3	131
СОК ФРУКТОВЫЙ в ассорт	204	8,56	1	0,2	20	85
ФРУКТЫ	266	33,31	1,1	1,1	26,1	125
Итого		89,24	20,9	37,3	122,5	918
Всего		89,24	20,9	37,3	122,5	918