

Утверждаю



Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ

19 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	
Завтрак								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	75	17,62	0,8	5,2	2,9	63
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	6,58	5,3	7,8	34,2	228
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,82	3,7	1,3	24,5	127
2011	281	ПОЛУФАБР. РУБЛЕННЫЕ ДОМАШНИЕ КОТЛЕТЫ	75	24,44	7,6	22,8	6,6	262
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ в ассорт	200	8,40	1	0,2	19,6	83
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	192	23,97	0,8	0,8	18,8	90
Итого				84,83	19,2	38,1	106,6	853
Всего				84,83	19,2	38,1	106,6	853

Калькулятор _____

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ
19 декабря 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	7,41	6,4	8,4	41	266
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	24,39	7,6	22,8	6,6	262
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	140	31,75	1,4	5,3	4,5	73
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,82	3,8	1,3	25,3	131
СОК ФРУКТОВЫЙ в ассортименте	200	8,40	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	151	18,86	0,6	0,6	14,8	71
Итого		94,62	20,8	38,6	111,8	886
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	32,57	11,8	17,3	19,1	285
ПЛОВ	210	43,09	17,4	25,9	56	528
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,87			27,6	111
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	50	3,82	3,8	1,3	25,3	131
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,23	3,3	0,4	21,2	102
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	201	25,14	0,8	0,8	19,7	95
Итого		111,72	37,1	45,7	168,9	1252
Всего		206,34	57,9	84,3	280,7	2138