



Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

Ламохина А.В./

МЕНЮ

22 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								
2008	265	ПЛОВ	165	28,03	12,4	18,2	37,5	365
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	4,85	1,2	5,1	6,6	78
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,14	4	1,4	26,7	137
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	200	11,00			23,1	93
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
Итого				63,63	19	25,1	116	772
Всего				63,63	19	25,1	116	772

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

(Ламохина А.В.)



МЕНЮ

22 сентября 2023 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ	210	27,37	12,3	18,3	39,7	374
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	6,12	1,7	5,1	7,7	85
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	200	10,04			21,1	85
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	47	3,55	3,5	1,2	23,5	121
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
Итого		62,68	18,9	25	114,1	764
Всего		62,68	18,9	25	114,1	764