

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ

23 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	
Завтрак								
2011	33	БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	134/24	28,45	13,9	26,1	146,1	535
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	57	4,35	4,2	1,5	27,9	144
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,83	2	1,6	24,3	119
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
2008		ПРЯНИКИ	38	4,97	2,2	1,8	28,5	139
Итого				60,20	23,7	31,4	248,9	1036
Всего				60,20	23,7	31,4	248,9	1036

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
Ламохина А.В./

МЕНЮ
23 октября 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/25	27,57	11,1	20,8	116,7	427
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	40	3,03	3	1	20,1	104
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,45	2,2	1,7	24,8	124
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
ПРЯНИКИ	54	7,11	3,2	2,6	40,7	199
Итого		60,75	20,9	26,5	224,4	953
Всего		60,75	20,9	26,5	224,4	953