



Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
Ламохина А.В./

МЕНЮ

27 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	265	ПЛОВ	165	28,10	12,3	18,2	37,6	365
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	5,00	1,3	5,2	6,8	79
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	0,00	3,9	1,4	26,3	136
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	200	10,87			22,8	92
к/к	к/к	МАНДАРИН	115	26,93	0,9	0,2	8,6	44
Итого				70,89	18,4	25	102,1	716
Всего				70,89	18,4	25	102,1	716

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
27 сентября 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	35,78	15,8	21,1	28	366
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,97	0,4		11,6	48
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	42	3,19	3,1	1,1	21,2	109
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	3,80	1,1	5	6,3	74
Итого		44,74	20,4	27,2	67,1	597
Всего		44,74	20,4	27,2	67,1	597