

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
Ламохина А.В./

МЕНЮ

28 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								
2011	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	6,17	5,3	7,4	34,2	224
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	65/20	31,75	10,2	12,8	4,3	174
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,04			28,1	112
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,14	4	1,4	26,7	137
2008		ГРУША	167	25,23	0,7	0,5	17,2	79
Итого				71,33	20,2	22,1	110,5	726
Всего				71,33	20,2	22,1	110,5	726

Калькулятор

Беякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./



МЕНЮ

28 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	175/5	5,86	6,4	6,9	41	252
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	65/20	31,93	10,2	12,8	4,6	175
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	43	3,28	3,2	1,1	21,8	112
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,62			24,5	98
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	85	10,58	0,3	0,3	8,3	40
Итого		55,26	20,1	21,1	100,2	677
Всего		55,26	20,1	21,1	100,2	677