

Утверждаю

Директор

МКОУ Плесская СШ

/Ламохина А.В./

МЕНЮ

29 сентября 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	5,02	1,3	5	6,5	76
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	165	29,15	10	16,7	25,2	292
2008		БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	54	4,14	4	1,4	26,7	137
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,19	0,2		19,9	80
2011	386	ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	20	32,00	1,9	6,7	9,8	108
Итого				72,50	17,4	29,8	88,1	693
Всего				72,50	17,4	29,8	88,1	693

Калькулятор

Белякова О.Ю.

Утверждаю

Директор
МКОУ Плесская СШ
/Ламохина А.В./

МЕНЮ
29 сентября 2023 г.

12-18 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	115	7,19	1,9	4,7	8,8	86
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	220	31,63	10,7	16,4	26,4	298
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,27	0,3		20	81
БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	60	4,58	4,5	1,6	30,4	157
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	15,60	1,4	0,4	22,1	99
БАНАН	148	32,25	2,2	0,7	31	142
Итого		93,51	21	23,8	138,7	863
Всего		93,51	21	23,8	138,7	863