



МЕНЮ
11 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	90	15,70	8,80	9,90	184,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,50	2,40	3,60	38,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,40	7,10	46,60	268,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,30	0,10	15,20	62,00
2008		БАТОН	30	2,30	0,90	15,40	79,00
Итого				23,20	19,30	90,70	631,00
Обед							
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	300	8,50	4,00	19,70	150,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	9,80	21,80	22,20	325,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,00
Итого				22,50	26,40	82,30	657,00
Всего				45,70	45,70	173,00	1 288,00

43,87
6,58
15,74
4,96
4,48

11,73
45,39
3,40
4,48