

«Согласовано»

Директор муниципального
общеобразовательного учреждения
Отрадной средней
общеобразовательной школы
И.Н.Хорошулина
«15» 11/2023г.

Утверждаю

ИП
ИП Воробьева Т.П.
/Воробьева Т.П./

МЕНЮ

13 ноября 2023 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
1997	474	КОТЛЕТА- ПЕКАР. С СОУСОМ	120	20	25,4	19,8	385
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,1	6,4	45,8	270
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				29,7	32,8	96,2	796
Обед							
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	5,4	7,3	9,1	125
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50/50	13,5	17,6	2	220
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	4,9	7,9	51,8	298
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				27,3	33,3	99,1	805
Всего				57	66,1	195,3	1601

55,97
8,66
6,21
4,16

14,77
43,45
10,46
3,20
4,16