«Согласовано»
Директор муниципального общеобразовательного учреждения Отрадновской средней общеобразовательной школы
_____ И.Н.Хорошулина
«14» ____03____ 2024г.

Утверждаю
ИП
ИП Воробьева Т.П.
_____/Воробьева Т.П./

МЕНЮ

14 марта 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	272	КОТЛЕТА	90	11,6	26,4	13,4	337	47,35
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,4	2,4	3,7	39	6,58
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,1	6,4	45,8	270	10,24
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	51,85
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	4,48
Итого				**21,7**	**36,2**	**93,5**	**787**	
Обед								
2011	88,	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	5,4	7,3	9,1	125	19,69
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50/50	13,5	17,6	2	220	34,16
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	4,9	7,9	51,8	298	13,32
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	3,35
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	4,48
Итого				**27,3**	**33,3**	**99,1**	**805**	
Всего				**49**	**69,5**	**192,6**	**1592**	

_____