

«Согласовано»

Директор муниципального
образовательного учреждения
Отрадной средней
образовательной школы
И.Н.Хорошулина
« 08/10/2024г.



Утверждаю

ИП
ИП Воробьева Т.П.
/Воробьева Т.П./



МЕНЮ

8 октября 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 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 280 | 11,10 | 24,70 | 25,80 | 371,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 60,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 82,00 |
| 2008 | | БАТОН | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,40 | 79,00 |
| Итого | | | | 16,30 | 26,10 | 73,20 | 592,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 96 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 300 | 6,90 | 9,00 | 20,20 | 190,00 |
| 2011 | 398 | БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ | 240 | 15,20 | 8,50 | 124,90 | 630,00 |
| 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 | | | | 26,30 | 18,10 | 185,50 | 1 002,00 |
| Всего | | | | 42,60 | 44,20 | 258,70 | 1 594,00 |

71,08
3,44
2,24
2,24
29,71
41,37
3,44
4,48