

«Согласовано»

Директор муниципального  
образовательного учреждения  
Отрадной средней  
образовательной школы  
И.Н.Хорошулина  
« 10 » \_\_\_\_\_ 2024г.

Утверждаю



# МЕНЮ

9 декабря 2024 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  |                                |       |
| <b>Завтрак</b>     |               |                             |        |                   |              |               |                                |       |
| 2008               | 319           | КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)      | 70     | 15,60             | 7,90         | 4,40          | 151,00                         | 54,24 |
| 2008               | 364           | СОУС ТОМАТНЫЙ №364          | 50     | 0,50              | 2,40         | 3,60          | 38,00                          | 2,47  |
| 2008               | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ  | 200    | 11,40             | 9,20         | 51,70         | 335,00                         | 14,37 |
| 2008               | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ               | 185/15 | 0,20              | 0,10         | 15,00         | 60,00                          | 3,44  |
| 2008               |               | БАТОН                       | 30     | 2,30              | 0,90         | 15,40         | 79,00                          | 4,48  |
| <b>Итого</b>       |               |                             |        | <b>30,00</b>      | <b>20,50</b> | <b>90,10</b>  | <b>663,00</b>                  |       |
| <b>Обед</b>        |               |                             |        |                   |              |               |                                |       |
| 2011               | 102           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 300    | 11,30             | 9,20         | 22,70         | 219,00                         | 15,81 |
| 2008               | 214           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ           | 140    | 13,50             | 22,30        | 2,60          | 265,00                         | 43,57 |
| 2011               | 422           | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ           | 100    | 8,00              | 8,40         | 57,10         | 336,00                         | 11,70 |
| 2008               | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ               | 185/15 | 0,20              | 0,10         | 15,00         | 60,00                          | 3,44  |
| 2008               |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                 | 60     | 4,00              | 0,50         | 25,40         | 122,00                         | 4,48  |
| <b>Итого</b>       |               |                             |        | <b>37,00</b>      | <b>40,50</b> | <b>122,80</b> | <b>1 002,00</b>                |       |
| <b>Всего</b>       |               |                             |        | <b>67,00</b>      | <b>61,00</b> | <b>212,90</b> | <b>1 665,00</b>                |       |