

«Согласовано»

Директор муниципального
образовательного учреждения
Отрадной средней
образовательной школы
И.Н. Хорошулина
« 22 » 2024г.

Утверждаю

ИП
ИП Воробьева Т.П.
/Воробьева Т.П./

МЕНЮ

22 ноября 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 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 312 | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 70/50 | 16,60 | 21,90 | 3,20 | 276,00 |
| 2011 | 304 | РИС ОТВАРНОЙ | 200 | 4,90 | 7,90 | 51,80 | 298,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 60,00 |
| 2008 | | БАТОН | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,40 | 79,00 |
| Итого | | | | 24,00 | 30,80 | 85,40 | 713,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 105 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 6,10 | 7,40 | 15,30 | 153,00 |
| 2008 | 272 | БИТОЧЕК | 60 | 7,70 | 17,50 | 9,00 | 225,00 |
| 2008 | 364 | СОУС | 50 | 0,50 | 2,40 | 3,60 | 38,00 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,60 | 5,20 | 11,80 | 112,00 |
| 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 | | | | 23,10 | 33,10 | 80,10 | 710,00 |
| Всего | | | | 47,10 | 63,90 | 165,50 | 1 423,00 |

56,00
15,00
3,44
4,43

16,76
41,71
2,00
11,73
3,44
3,36