

Согласовано

директор школы

МОУ Ценцевская СШ

Копрова Е.Н./

МЕНЮ(7-11ЛЕТ)

2 октября 2023 г.

Завтрак



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	323	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСНЫМ БИТОЧКОМ	270	54,99	20,6	23,9	51,9	513
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,35	1,4	0,3	8,7	43
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,00	1	0,2	19,8	86
Итого			510	74,34	24,3	30	84,2	703



МЕНЮ(12-18ЛЕТ)

2 октября 2023 г.

Завтрак

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	323	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСНЫМ БИТОЧКОМ	280	54,99	20,6	23,9	51,9	513
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,35	1,4	0,3	8,7	43
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,00	1	0,2	19,8	86
Итого			520	74,34	24,3	30	84,2	703

Обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2008	84	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	30,82	9,2	25	22,8	243
2011	399	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	26,16	14,1	20,5	78,5	555
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,75	2	0,4	12,2	61
2008	431	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,89	0,2		0,4	2
2008		БАНАН	190	18,46	2,3	0,8	32,3	148
Итого				78,08	27,8	46,7	146,2	1009
Всего				78,08	27,8	46,7	146,2	1009