

Согласовано



директор школы

МОУ Ченцовская СШ

/Копрова

МЕНЮ(12-18ЛЕТ)

3 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								
2011	219	СЫРНИКИ ИЗТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МАСЛОМ	220	66,69	41	29	51	638
2008	431	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,98	0	0	0	2
2008		ЙОГУРТ	95	20,07		11	6	148
Итого				87,74	46	40	57	788

Обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	11,92	5	9,9	16,4	107
2011	268	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	28,93	16,8	36,7	6	161
2011	203	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	185	11,32	6,7	8,9	42,2	274
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,44	1,7	0,3	10,1	50
2008	442	СОК ГРУШЕВЫЙ	200	17,00	1	0,2	19,8	86
Итого				74,61	32	56,8	113,3	678