

Согласовано

директор школы

МОУ Ченцевская СШ

Копрова



МЕНЮ (7-11 ЛЕТ)
5 сентября 2023 г.

Завтрак

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|--------------|-------------------|-----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 210 | 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 |

Согласовано



директор школы

МОУ Ченцевская СШ
Копрова

**МЕНЮ(12-18ЛЕТ)
5 сентября 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 МОЛОКОМ | 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 |