



МЕНЮ

9 ноября 2023 г.

11-17 лет

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 0,00 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,06 | 0,2 | | 15,1 | 61 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 18 | 15,50 | 4,2 | 5,4 | | 66 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 7,74 | 5 | 7,1 | 26,2 | 188 |
| 2008 | | БАНАН | 99 | 33,21 | 1,5 | 0,5 | 20,8 | 95 |
| Итого | | | | 58,51 | 12,4 | 13,6 | 72,4 | 462 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 145 | 6,74 | 5,3 | 4,7 | 34,2 | 200 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 80 | 28,89 | 13,2 | 16,3 | 11,3 | 243 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | 4,33 | | | 19,3 | 77 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,00 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 79 |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ | 250 | 18,52 | 8,6 | 6,9 | 17,5 | 167 |
| Итого | | | | 61,48 | 29,7 | 28,4 | 98,1 | 766 |
| Всего | | | | 119,99 | 42,1 | 42 | 170,5 | 1228 |

повар _____ Груздкова Е.В.