



МБОУ Малоатлымская СОШ

Афанасьева О.В.

МЕНЮ
29 сентября 2023
12-18 лет
Неделя 1 день 1

Сборник рецептов	№ техн.карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
завтрак							
2004	114	Каша рисовая молочная жидкая	250/5	6,36	8,23	40,56	261,38
2004	269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
2004	369	Бутерброд с отварными мясопродуктами	50	10,58	8,3	10	156,7
2004		яблоко	200	0,8	0,008	20,8	90
итого				21,51	20,54	97,31	662
Обед							
2004	18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,98	5,13	4,54	65,81
2004	47	Суп с макаронными изделиями	300	3,4	3,43	26,11	148,91
2004	191	Мясо тушенное (говядина)	100	17,5	6,1	2,99	136,51
2004	92	Рагу из овощей	205	3,72	14,87	22,57	238,99
2004	274	Кисель плодово ягодный	200	1,36	0	29,02	116,19
2004		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8
2004		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,26	54,3
Итого				31,98	30,21	114,93	853,51
Всего				53,49	50,75	212,24	1515,51

Медицинская сестра _____ Черных А.Г

Повар с м/о _____ Щербакова Е.А