

Согласовано



директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./

МЕНЮ

20 апреля 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	59	БИТОЧКИ	70	10,6	13,1	5,1	180
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	4,8	5,7	29,1	187
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/20	6,3	13,2	0,1	146
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		8,8	36
Итого				21,9	32	43,1	549
Обед							
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	235	4,3	6,7	22,2	166
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	16,7	22,8	20,8	357
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1		22	89
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	68				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	29	2,2	2,8	21,4	120
Итого				23,3	32,3	86,4	732
Всего				45,2	64,3	129,5	1281