

Согласовано

директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./



МЕНЮ

21 апреля 2022 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	190/20	36,5	25,1	47,8	576
2011	375	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,2		0,3	2
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	61				
Итого				36,7	25,1	48,1	578
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	7	12,2	12,5	188
2008	284	ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	75/30	9,5	18	7,9	231
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6	9,7	26,9	217
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		18,4	74
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	68				
Итого				22,6	39,9	65,7	710
Всего				59,3	65	113,8	1288