

Согласовано

Директор  
МОУ СОШ №5 им. 63-го Угличского пехотного полка  
/Пятницына Н.Л./

# МЕНЮ

7 ноября 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2004	265	Плов со свининой	200	17,5	38,8	35,6	563
2004	576	овощи по сезону помидор	60	0,7	0,1	2,2	14
	ТУ10,71 11- 0024836 3077- 2016	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			23,3	93
		яблоко	130	0,5	0,5	12,3	59
<b>Итого</b>				<b>20,2</b>	<b>40</b>	<b>83,4</b>	<b>780</b>
<b>Обед</b>							
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	7,2	3,4	16,6	126
2004	388	котлета рыбная	120	17,6	12,3	19,4	257
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,5	5,6	28,4	178
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	60	4,3	3,6	32,6	182
	ГОСТ 2077-84	хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,2	40
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,3		14,8	61
<b>Итого</b>				<b>34,2</b>	<b>25,1</b>	<b>120</b>	<b>844</b>
<b>Всего</b>				<b>54,4</b>	<b>65,1</b>	<b>203,4</b>	<b>1624</b>

зав. производством \_\_\_\_\_ Ярута Ю.А.