

директор  
 МОУ Улейминская сош им.Героя Советского Союза Дерюгина А.В.  
 /Казанская А.Е./

# МЕНЮ

5 апреля 2023 г.

7-11 лет



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда                               | Выход | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                  |               |  |       | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |  |       |                   |             |              |                               |
| 2008             | 324           | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                            | 200   | 4,9               | 8,9         | 25,1         | 201                           |
| 2008             | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 35    | 6,7               | 10,2        | 12,9         | 172                           |
| 2008             |               | ЙОГУРТ   | 95    | 1,9               | 7,5         | 14           | 130                           |
| 2008             | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200   | 0,2               | 0,1         | 15           | 60                            |
| <b>Итого</b>     |               |  |       | <b>13,7</b>       | <b>26,7</b> | <b>67</b>    | <b>563</b>                    |
| <b>Обед</b>      |               |  |       |                   |             |              |                               |
| 2008             | 101           | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ | 250   | 4,9               | 6,7         | 15,8         | 145                           |
| 2008             | 224           | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ         | 150   | 24,6              | 14,7        | 25,8         | 337                           |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20    | 1,3               | 0,2         | 9,9          | 46                            |
| 2008             | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200   | 0,2               | 0,1         | 16,2         | 60                            |
| 2008             |               | ЯБЛОКО   | 100   | 0,5               | 0,5         | 12,2         | 58                            |
| <b>Итого</b>     |               |  |       | <b>31,5</b>       | <b>22,2</b> | <b>79,9</b>  | <b>646</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |  |       | <b>45,2</b>       | <b>48,9</b> | <b>146,9</b> | <b>1209</b>                   |