

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

МЕНЮ

7 апреля 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
			150	18,6	27,9	2,7	341
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ЙОГУРТ	200	1		20,2	85
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	20	1,6	0,2	10,3	52
2008		БАТОН	100	1	0,2	9	46
2008		МАНДАРИН					
Итого				24,1	35,8	56,2	654
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	7,3	6,4	7,8	119
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,8	15,5	14,1	252
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,7	3,9	25,4	146
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	0,4		0,8	5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42
Итого				28	27,1	70,4	633
Всего				52,1	62,9	126,6	1287