

Согласовано

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

директор

МЕНЮ
7 апреля 2023 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
			200	24,7	37,1	3,6	453
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		30,2	45	57,1	766
Итого							
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	280	8	7,2	7,6	128
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	16,7	18,6	17	303
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	100	0,7		1,4	8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42
Итого				31,9	31	73,7	696
Всего				62,1	76	130,8	1462