

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

МЕНЮ

11 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							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	9,5	10,4	31,8	262
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				14,7	20,2	86	587
Обед							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250	3,5	2	6,3	58
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	51,1	335
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,2	10	1,8	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,6	65
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,4	67
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ КУЛЕР	37800				
Итого				27,3	22,8	112,4	769
Всего				42	43	198,4	1356