

Согласовано

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

МЕНЮ

18 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	6,7	7,9	22,6	188
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,5	0,7	5,3	30
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				10,9	16,4	67,2	460
Обед							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	250	4,7	3	13,4	99
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	9,5	25,5	2,6	278
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,9	0,3	12,1	58
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,6	5,7	8,3	92
Итого				26,5	42,4	111,8	943
Всего				37,4	58,8	179	1403