

Согласовано

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



МЕНЮ

27 апреля 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	324	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,1	7,5	24,3	187
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6,8	9,5	14	171
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5,3	7,7	84
Итого				15,5	29,9	75	632
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	4,6	4,6	16,4	122
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	9,1	34	244
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	11,5	13	3,2	184
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,7	3,9	25,4	146
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,3		0,8	5
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	11,7	56
Итого				27,7	31,4	106,4	826
Всего				43,2	61,3	181,4	1458