

Согласовано

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



## МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ВАФЛИ	37	0,7	0,8	19,9	91
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
<b>Итого</b>				<b>5,1</b>	<b>10,3</b>	<b>69</b>	<b>389</b>
<b>Обед</b>							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	8,3	12,2	17,1	211
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	28,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,7	11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
<b>Итого</b>				<b>32</b>	<b>50,4</b>	<b>100,3</b>	<b>985</b>
<b>Всего</b>				<b>37,1</b>	<b>60,7</b>	<b>169,3</b>	<b>1374</b>