

Согласовано

директор

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

МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,4	8,5	29,9	226
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого				12,6	18,3	84,1	551
Обед							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250	5,2	8,5	7,1	126
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	15,2	1,8	97,7	468
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	15,8	14,9	5,4	217
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,7	11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого				38,2	25,6	136,8	928
Всего				50,8	43,9	220,9	1479