

Согласовано

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

# МЕНЮ

5 апреля 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	24,7	37,1	3,6	453
		КРУАССАН	60	3,8	11	27,9	226
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
<b>Итого</b>				<b>32,2</b>	<b>55,9</b>	<b>70,8</b>	<b>921</b>
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	250	6,2	5,6	22,3	167
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,1	2,1	22,5	121
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	9,3	24,2	3,1	269
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,3		1,1	6
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200			19,4	77
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
<b>Итого</b>				<b>22,4</b>	<b>34,2</b>	<b>98,2</b>	<b>792</b>
<b>Всего</b>				<b>54,6</b>	<b>90,1</b>	<b>169</b>	<b>1713</b>