

Согласовано

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

## МЕНЮ

17 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	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	6,6	8,8	23,7	201
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,6	5,6	8,1	90
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,3	7,9	14,2	150
<b>Итого</b>				<b>15,6</b>	<b>29,9</b>	<b>75</b>	<b>631</b>
<b>Обед</b>							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250	4,6	2,9	6	69
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,3	0,8	40,3	193
2008	313	КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	100	18,6	14,3	17	270
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,6	10
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
<b>Итого</b>				<b>32,3</b>	<b>19,4</b>	<b>115,2</b>	<b>768</b>
<b>Всего</b>				<b>47,9</b>	<b>49,3</b>	<b>190,2</b>	<b>1399</b>