

Согласовано

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

МЕНЮ

19 апреля 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	250	31,1	46,6	4,5	569
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
Итого				34,8	54,4	43,8	811
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	300	7,4	6,7	26,8	200
2008	309	РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	180	13,2	11	15,7	215
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4		1,1	6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6			
Итого				24,4	19	97,3	656
Всего				59,2	73,4	141,1	1467