

Согласовано

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

МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	24,7	37,1	3,6	453
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	10	0,8	1	7,4	42
Итого				29,2	45,9	50,3	737
Обед							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	250	4,5	3,5	11,3	96
2011	178.4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,5	3,1	25,2	151
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	15,8	14,9	5,4	217
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,6	10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,7	3,9	25,4	146
Итого				31,3	25,7	78,8	666
Всего				60,5	71,6	129,1	1403