

Согласовано

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

МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

12-18 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	250	30,9	46,4	4,5	566
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				35,4	55,2	51,2	850
Обед							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	300	5,1	3,7	14,1	111
2011	178.4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,6	3,4	29,9	177
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	15,8	14,9	5,4	217
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,4	0,1	1,5	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				32,9	26,2	86,2	707
Всего				68,3	81,4	137,4	1557