Согласовано

директор

МОУ Улейминская сош им.Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

_____ /Казанская А.Е./

МЕНЮ

5 декабря 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	10,1	11,8	33,4	282
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6,6	11,3	17,6	199
Итого				**18,8**	**30,7**	**80**	**671**
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	7,2	4,3	22	156
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	28,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	0,7		1,4	9
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,3	0,3	14,8	71
Итого				**31,4**	**42,4**	**125**	**1016**
Всего				**50,2**	**73,1**	**205**	**1687**