

Согласовано

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



МЕНЮ

6 декабря 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	8,5	4,6	46,1	260
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		МАНДАРИН	100	0,6	0,1	5,6	28
Итого				11,2	12,3	80,7	478
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМ И СВИНИНОЙ	300	10,4	11	22,8	233
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,4	7,6	39,4	244
2011	239	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	29,9	2,2	10,2	181
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,9	12
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
Итого				47,1	21,1	115,6	840
Всего				58,3	33,4	196,3	1318