

Согласовано

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



МЕНЮ

11 декабря 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		КРУАССАН	60	3,5	10,2	26	210
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,6	5,4	7,9	86
Итого				8	23,3	67,7	512
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	4,1	6,2	13,3	126
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	28,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,5	70
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,4	67
Итого				26,2	43,3	102,2	911
Всего				34,2	66,6	169,9	1423