

Согласовано

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

МЕНЮ

11 декабря 2023 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							
		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	1,5	5,3	7,7	84
Итого				7,9	23,2	67,5	510
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	5,6	8,9	17	171
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
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,4	69
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,4	67
Итого				29,5	47,6	114,3	1010
Всего				37,4	70,8	181,8	1520