

Согласовано

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

директор

МЕНЮ

22 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							
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,6	10,5	21,7	203
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,5	16,1	19,7	255
Итого				15,5	29,5	78,3	640
Обед							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	200	6,9	10,6	10,9	166
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	5,4	20,3	141
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	90	10,5	28,3	3,2	310
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,4		1,1	6
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
Итого				22,2	44,5	64,8	746
Всего				37,7	74	143,1	1386