

Согласовано

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



МЕНЮ

4 декабря 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	324	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7,7	12	47,3	329
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				11,4	19,8	86,6	571
Обед							
2008	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	250	9	8,9	18	188
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	19,7	37,3	50,4	617
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,7	11
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
Итого				32,2	48,6	127,9	1083
Всего				43,6	68,4	214,5	1654