

Согласовано

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

директор



# МЕНЮ

5 декабря 2024 г.

7-11 лет

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда                       | Выход | Химический состав |             |              | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
|                    |               |  |       | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |       |                   |             |              |                                |
| 2008               | 184           | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ                    | 200   | 6,2               | 4,1         | 30           | 182                            |
| 2008               |               | ЙОГУРТ                                   | 95    | 1,9               | 7,5         | 14           | 130                            |
| 2008               | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200   | 0,2               | 0,1         | 15           | 60                             |
|                    |               | КРУАССАН                                 | 60    | 3,8               | 11,2        | 28,3         | 229                            |
| <b>Итого</b>       |               |  |       | <b>12,1</b>       | <b>22,9</b> | <b>87,3</b>  | <b>601</b>                     |
| <b>Обед</b>        |               |  |       |                   |             |              |                                |
| 2011               | 82            | БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ  | 250   | 6                 | 9,7         | 14,9         | 172                            |
| 2008               | 224           | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 200   | 32,3              | 20,5        | 31,4         | 444                            |
| 2008               |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 30    | 2                 | 0,3         | 14,9         | 69                             |
| 2008               | 431           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                  | 200   | 0,3               | 0,1         | 16,4         | 67                             |
| 2008               |               | ПЕЧЕНЬЕ                                  | 20    |                   |             |              |                                |
| <b>Итого</b>       |               |  |       | <b>40,6</b>       | <b>30,6</b> | <b>77,6</b>  | <b>752</b>                     |
| <b>Всего</b>       |               |  |       | <b>52,7</b>       | <b>53,5</b> | <b>164,9</b> | <b>1353</b>                    |