

Согласовано

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



МЕНЮ

23 декабря 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	8,7	10,2	31,9	255
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6,1	12,7	17,3	208
Итого				16,9	30,5	78,2	653
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ	300	5	6,6	12,1	128
2011	265	ПЛОВ	220	10,5	20	48,2	414
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,3		1	5
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	10	46
Итого				17,7	26,8	102,7	717
Всего				34,6	57,3	180,9	1370