

Согласовано

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



МЕНЮ

24 декабря 2024 г.

7-11 лет

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-----------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 120 | ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ | 200 | 8,5 | 9,6 | 36,5 | 267 |
| 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 | | | | 12,2 | 17,4 | 75,8 | 509 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 94 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 200 | 4,1 | 7,5 | 13,6 | 139 |
| 2011 | 246 | ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ | 100 | 5,5 | 13,3 | 11,7 | 188 |
| 2011 | 171.1 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,6 | 7,8 | 42,4 | 278 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 8,6 | 41 |
| Итого | | | | 20,8 | 29,4 | 104 | 767 |
| Всего | | | | 33 | 46,8 | 179,8 | 1276 |