

Согласовано

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



# МЕНЮ

7 февраля 2023 г.

12-18 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	9,9	10,8	30	259
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6,7	7,4	18,9	170
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
<b>Итого</b>				<b>20,2</b>	<b>27,7</b>	<b>92,5</b>	<b>700</b>
<b>Обед</b>							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ	250	6,9	7,4	9,1	131
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,5	10,4	56,7	372
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	13,9	15,8	2,5	208
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,3	15,5	75
<b>Итого</b>				<b>34,7</b>	<b>33,9</b>	<b>103,2</b>	<b>863</b>
<b>Всего</b>				<b>54,9</b>	<b>61,6</b>	<b>195,7</b>	<b>1563</b>