

Согласовано

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



МЕНЮ

9 февраля 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,6	6,5	23	174
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,5	8,7	7,4	115
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого				13,7	24,7	74	560
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	4,6	4,6	16,4	122
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,6	4,8	31,9	194
2008	284	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	90	16,4	28	13,7	372
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,8	11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,3	3,1	19,8	122
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81
Итого				33,9	45,9	105,9	971
Всего				47,6	70,6	179,9	1531