

Согласовано

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

# МЕНЮ

15 февраля 2023 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		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
2008		БАНАН	175	2,5	0,8	34,4	157
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
<b>Итого</b>				<b>6,2</b>	<b>9,3</b>	<b>91,8</b>	<b>478</b>
<b>Обед</b>							
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,7	13,7	46	366
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	0,5	0,1	1,9	12
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	65
<b>Итого</b>				<b>17,4</b>	<b>14,2</b>	<b>79</b>	<b>512</b>
<b>Всего</b>				<b>23,6</b>	<b>23,5</b>	<b>170,8</b>	<b>990</b>