

Согласовано

МОУ Улейминская сош им.Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

директор

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

16 февраля 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	150	7,7	10,4	39,8	285
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	9,3	29,7	21,5	393
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого				20,6	49,7	105,2	951
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	4,2	2,5	13,4	94
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6	0,7	38,7	186
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	11,5	13	3,2	184
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	0,5		1	6
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	11,8	57
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,9	2,9	22,8	131
Итого				26,9	19,8	100,8	704
Всего				47,5	69,5	206	1655