

Согласовано

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



## МЕНЮ

16 февраля 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	10,7	18,3	55,9	432
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	10,7	36,8	23,2	468
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
<b>Итого</b>				<b>25</b>	<b>64,7</b>	<b>123</b>	<b>1173</b>
<b>Обед</b>							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	7	4,9	16,9	140
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,1	0,9	45,6	219
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	12,8	14,4	3,5	204
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	100	0,8	0,1	1,6	10
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	3	22,9	131
<b>Итого</b>				<b>32,4</b>	<b>24</b>	<b>112,2</b>	<b>807</b>
<b>Всего</b>				<b>57,4</b>	<b>88,7</b>	<b>235,2</b>	<b>1980</b>