Согласовано

директор

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

_____ /Казанская А.Е./

# МЕНЮ

## 21 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** | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150 | 22,3 | 16,1 | 31,2 | 362 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| 2008 | | БАНАН | 100 | 0,7 | 0,2 | 9,8 | 45 |
| 2008 | | ЙОГУРТ | 95 | 1,9 | 7,5 | 14 | 130 |
| **Итого** | | | | **25,1** | **23,9** | **70** | **597** |
| **Обед** | | | | | | | |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ | 250 | 5,2 | 4,3 | 15,1 | 121 |
| 2011 | 171.1 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 10,4 | 9,4 | 51,1 | 335 |
| 2008 | 308 | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 90 | 11,5 | 13 | 3,2 | 184 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 9,7 | 39 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,1 | 0,3 | 13,6 | 65 |
| 2008 | | ВАФЛИ | 37 | 1,1 | 1,3 | 29,6 | 136 |
| **Итого** | | | | **30,3** | **28,3** | **122,3** | **880** |
| **Всего** | | | | **55,4** | **52,2** | **192,3** | **1477** |