

Согласовано

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



МЕНЮ

13 февраля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ					
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	250	9,8	11,1	33,6	276
2008		ПЕЧЕНЬЕ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,5	2	14,9	83
Итого			35	7,1	8,9	17,8	181
				18,6	22,1	81,3	600
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	5,2	8	15,6	155
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	28,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,7	70
Итого				29	46,7	129,8	1066
Всего				47,6	68,8	211,1	1666