

Согласовано

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

директор

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

22 февраля 2024 г.

7-11 лет



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ЙОГУРТ | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 95 | 1,9 | 7,5 | 14 | 130 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| Итого | | | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 |
| | | | | 4,4 | 9,7 | 48,7 | 299 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ КУРИЦЫ | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 150 | 11,8 | 14,5 | 27,3 | 288 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 70 | 0,5 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 20 | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 200 | 0,3 | 0,1 | 16,4 | 67 |
| | | ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 |
| Итого | | | 15 | 1,2 | 4,1 | 5,8 | 65 |
| Всего | | | | 16,6 | 21 | 75,9 | 559 |
| | | | | 21 | 30,7 | 124,6 | 858 |