

Согласовано

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

МЕНЮ

12 февраля 2025 г.

12-18 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	200	8,5	4,7	45,5	259
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		БАТОН	30	2,4	0,3	15,5	79
2008		БАНАН	100	1,3	0,4	18	82
Итого				13,9	7,5	108,9	563
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ	300	10,6	13	16,4	224
2011	265	ПЛОВ	200	18,4	35,4	68,7	667
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,6	0,1	2	13
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
Итого				31,8	48,9	135	1111
Всего				45,7	56,4	243,9	1674