

Согласовано

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

МЕНЮ
2 марта 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	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	8,7	12,4	30,9	272
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	8,4	13,1	16,5	219
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,2	68
Итого				19,8	33,7	90,6	749
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	4,6	4,6	16,4	122
2011	178.4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,5	5,6	29,2	194
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	11,5	13	3,2	184
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,6	10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,7	3,9	25,4	146
Итого				28,1	27,4	85,7	702
Всего				47,9	61,1	176,3	1451