

Согласовано

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

# МЕНЮ

13 марта 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
		КРУАССАН	60	4,4	12,7	32,5	262
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ВАФЛИ	37	1	1,2	28,3	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
<b>Итого</b>				<b>8,3</b>	<b>21,4</b>	<b>95</b>	<b>607</b>
<b>Обед</b>							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	200	4,2	3,2	4,5	65
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	30,9	188
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	9,5	25,5	2,6	278
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	60	0,4		0,8	5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,4	65
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	65
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,5	70
<b>Итого</b>				<b>22,4</b>	<b>34,4</b>	<b>82,9</b>	<b>736</b>
<b>Всего</b>				<b>30,7</b>	<b>55,8</b>	<b>177,9</b>	<b>1343</b>