

Согласовано

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

МЕНЮ

14 марта 2023 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	7,9	6,5	30,1	210
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,2	9	14	167
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5,3	7,7	84
Итого				18,7	28,4	80,8	651
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И КУРИЦЕЙ	300	9,5	6,1	24,4	192
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	5,1	9,2	21,4	188
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,4	0,1	1,3	7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,3	33
Итого				16,3	15,6	65,3	466
Всего				35	44	146,1	1117