

Согласовано

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

МЕНЮ

21 марта 2023 г.

7-11 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	324	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,5	8,7	16,3	162
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,4	10,3	14	180
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,8	1,1	8,4	47
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
Итого				15,6	27,6	72,9	604
Обед							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	200	4,1	2,1	10,9	81
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,5	6,9	38,6	251
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	14,3	13,4	4,8	196
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	12,2	59
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5,3	7,7	84
Итого				30,4	28,5	99,1	777
Всего				46	56,1	172	1381