

Согласовано

МОУ Улейминская сош им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

директор

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

5 марта 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ					
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	250	10,2	20,5	37,8	378
2008		ЙОГУРТ	35	6,9	19	18,1	273
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	95	1,9	7,5	14	130
Итого			200	0,2	0,1	15	60
				19,2	47,1	84,9	841
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	300	5,5	3,1	19,9	129
2011	265	ПЛОВ	180	12,9	19,8	47,4	420
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	70	0,6		1,3	8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
Итого				21,6	23,2	114,9	750
Всего				40,8	70,3	199,8	1591