

Согласовано

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

МЕНЮ

12 марта 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	6,9	9	23,6	204
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,9	19,5	14,8	259
Итого				14,9	36,1	67,4	653
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	5,5	3,3	20,2	134
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	9,8	20,4	6,8	251
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,6	65
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	0,6		1,3	8
Итого				26,8	31,9	117,3	874
Всего				41,7	68	184,7	1527