

Согласовано

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

директор

МЕНЮ

12 марта 2024 г.

12-18 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	8,8	10,1	29,1	244
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	5,7	17,7	14,8	243
Итого				16,6	35,4	72,9	677
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	6,8	4,3	25,3	167
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	10	20,4	8,4	257
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
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				30,1	34,5	132,5	968
Всего				46,7	69,9	205,4	1645