

Согласовано

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

МЕНЮ
 27 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							
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	24,7	37,1	3,6	453
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				28,4	44,9	42,9	695
Обед							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	200	3,1	1,8	9,1	66
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	0,7	34,2	164
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	5,2	11	2,8	132
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,7	70
Итого				17,9	16,5	105,6	644
Всего				46,3	61,4	148,5	1339