

Согласовано

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



МЕНЮ

29 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	9,2	9,4	36,8	269
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
		КРУАССАН	60	4,5	13	33	267
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,6	5,4	8	87
Итого				17,4	35,4	106,8	813
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	300	9,8	6,9	20,6	183
2008	309	РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	175	12,8	10,7	15,2	208
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	0,6		1,2	7
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,5	0,7	5	28
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,7	3,9	25,4	146
Итого				28,7	22,4	77,3	618
Всего				46,1	57,8	184,1	1431