**Согласовано**

директор

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

_____ /Казанская А.Е./

# МЕНЮ

**5 марта 2025 г.**

## 7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 2008 | 324 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 6,1 | 7,4 | 31 | 216 |
| 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 | 6,2 | 10,3 | 16,5 | 184 |
| **Итого** | | | | **14,4** | **25,3** | **76,5** | **590** |
| **Обед** | | | | | | | |
| 2011 | 82 | БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ | 200 | 3,2 | 7,7 | 11 | 126 |
| 2008 | 209 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,1 | 9,1 | 34 | 244 |
| 2008 | 313 | КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 18,6 | 14,3 | 17 | 270 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 10 | 46 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 60 | 0,3 | | 1 | 6 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | 0,1 | 16,2 | 60 |
| **Итого** | | | | **28,7** | **31,4** | **89,2** | **752** |
| **Всего** | | | | **43,1** | **56,7** | **165,7** | **1342** |