

Согласовано

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



МЕНЮ

5 марта 2025 г.
12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	324	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7,2	7,4	34,5	237
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				15,5	25,3	80	611
Обед							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	250	4,1	8,2	11,6	138
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,1	10,9	40,8	292
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		0,9	5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	60
Итого				30,6	33,7	96,5	811
Всего				46,1	59	176,5	1422