

Согласовано

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

директор

МЕНЮ

10 марта 2025 г.

7-11 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,7	13,2	33,1	281
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,2	25	18,2	328
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого				17	45,8	80,3	799
Обед							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СВИНИНОЙ	200	2,5	3,7	3,7	59
2008	309	РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	150	11	9,2	13,1	179
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
Итого				17,6	15,7	71,4	491
Всего				34,6	61,5	151,7	1290