

Согласовано

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

директор

## МЕНЮ

12 марта 2025 г.

12-18 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	9,3	9,3	30,5	245
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
2008		ВАФЛИ	37	1,4	1,7	38,7	177
<b>Итого</b>				<b>14,4</b>	<b>18,8</b>	<b>108,5</b>	<b>664</b>
<b>Обед</b>							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	4,8	8,6	17,1	166
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	12,8	14,4	3,5	204
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,4		1,1	6
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	14,1	68
<b>Итого</b>				<b>30,8</b>	<b>32,8</b>	<b>119,7</b>	<b>915</b>
<b>Всего</b>				<b>45,2</b>	<b>51,6</b>	<b>228,2</b>	<b>1579</b>