

Согласовано

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

# МЕНЮ

18 марта 2025 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	324	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,5	16,4	31,3	299
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
<b>Итого</b>				<b>10,2</b>	<b>24,2</b>	<b>70,6</b>	<b>541</b>
<b>Обед</b>							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ	250	5,8	5,5	7	101
2008	309	РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	180	13,2	11	15,7	215
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,2	0,3	2,5	14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,1	68
<b>Итого</b>				<b>21,3</b>	<b>17,7</b>	<b>65,4</b>	<b>504</b>
<b>Всего</b>				<b>31,5</b>	<b>41,9</b>	<b>136</b>	<b>1045</b>