

Согласовано

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

МЕНЮ

19 марта 2025 г.

7-11 лет



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 120 | ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ | 200 | 11,1 | 7,9 | 55,2 | 337 |
| 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 |
| Итого | | | | 14,8 | 15,7 | 94,5 | 579 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМ И СВИНИНОЙ | 200 | 5,4 | 4,9 | 15 | 126 |
| 2011 | 265 | ПЛОВ | 150 | 9,2 | 15,6 | 38,1 | 330 |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 70 | 0,5 | 0,1 | 1,8 | 11 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,6 | | 31,4 | 124 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| Итого | | | | 18 | 21 | 116 | 723 |
| Всего | | | | 32,8 | 36,7 | 210,5 | 1302 |