

Согласовано

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

МЕНЮ

31 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							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	7,1	9,4	27,1	223
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				10,8	17,2	66,4	465
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	9,2	12,6	14	207
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	9,6	26,1	3,1	287
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,6	0,1	1,7	10
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого				29,5	46,9	102,7	961
Всего				40,3	64,1	169,1	1426