

Согласовано

МОУ Улейминская сош им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

директор

Казанская А.Е./

МЕНЮ

15 мая 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		КРУАССАН	60	5,2	15,3	38,9	314
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ВАФЛИ	37	1,2	1,5	34	156
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
Итого				9,3	24,3	107,1	685
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	200	6,5	6,1	8,7	114
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	9,5	25,5	2,6	278
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4		1,2	7
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,6	65
Итого				27,3	39,8	101,5	880
Всего				36,6	64,1	208,6	1565