Согласовано

директор

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

_____ /Казанская А.Е./

МЕНЮ

15 мая 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ 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	250	8,1	7,6	10,9	142
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	20,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	51,1	335
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				**31,8**	**45,7**	**112,7**	**996**
Всего				**41,1**	**70**	**219,8**	**1681**