

Согласовано

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

МЕНЮ

17 мая 2023 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	165	20,5	30,7	3	375
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	20	1,5	2	14,9	83
Итого			200	1	0,2	19,8	86
				26,5	40,6	62	726
Обед							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,4	1,8	10,2	64
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6	0,7	38,8	186
2011	246	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	10,6	12,7	2,7	168
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,3	0,2	9,9	46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	13,7	66
Итого				20,1	16,1	90,3	590
Всего				46,6	56,7	152,3	1316