

Согласовано

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

МЕНЮ

23 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							
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	155	7,6	11	25,4	231
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,1	1,4	10,4	58
Итого				13,2	20,1	80,3	556
Обед							
2008	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	250	4,9	6,7	15,8	145
2011	265	ПЛОВ	150	16,1	15,4	35,3	342
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	60	0,6		1,3	8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ВАФЛИ	37	1,2	1,4	33,1	152
Итого				24,3	23,8	110,4	753
Всего				37,5	43,9	190,7	1309