

Согласовано

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



МЕНЮ

25 мая 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	5,5	10,1	39,4	272
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
2008		БАНАН	100	2,2	0,7	31,3	143
Итого				11,4	18,6	110	657
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	300	6,9	6,9	24,6	183
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	210	5,3	9,7	22,5	197
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,8	11
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,6	5,6	8,1	90
Итого				15,8	22,6	99,9	665
Всего				27,2	41,2	209,9	1322