

Согласовано

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

МЕНЮ

8 мая 2024 г.

12-18 лет



| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------|-------|-------------------|-------------|------------------|------------------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ЙОГУРТ | 95 | 1,9 | 7,5 | 14 | 130 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 6,2 | 6,1 | 16,1 | 146 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | | 20,2 | 85 |
| Итого | | | | 9,1 | 13,6 | 50,3 | 361 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 171.1 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 230 | 13,2 | 11,9 | 64,9 | 425 |
| 2008 | 313 | КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 18,6 | 14,3 | 17 | 270 |
| 2011 | 383 | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 200 | 3,7 | 3,9 | 25,4 | 146 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,5 | 0,5 | 11,5 | 55 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,9 | 0,2 | 11,9 | 57 |
| | | ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ | 15 | 2,8 | 10,1 | 14,6 | 161 |
| Итого | | | | 40,7 | 40,9 | 145,3 | 1114 |
| Всего | | | | 49,8 | 54,5 | 195,6 | 1475 |