

Согласовано

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



МЕНЮ

20 мая 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81
Итого				4,4	12,5	41,6	296
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	250	8,1	7,6	10,9	142
2011	265	ПЛОВ	200	22	22,5	32,5	429
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,3		1	5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого				31,9	30,4	69,3	682
Всего				36,3	42,9	110,9	978