

Согласовано

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

МЕНЮ

7 ноября 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	7,1	10,4	26,4	228
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,4	67
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				12,4	20,2	82	560
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	200	5	4,5	17,8	134
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	8,2	10,7	1,4	134
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,4	0,1	1,3	8
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		БАНАН	100	1,3	0,4	18,1	83
Итого				25,7	23,9	126,7	836
Всего				38,1	44,1	208,7	1396