Согласовано

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

МЕНЮ

7 ноября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	8,9	12,2	32,7	277
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				**14,2**	**22**	**88,3**	**609**
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	250	6,2	5,6	22,3	167
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	7,9	10,9	1,6	135
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
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				**28,4**	**26,8**	**139,9**	**925**
Всего				**42,6**	**48,8**	**228,2**	**1534**