

Согласовано

МОУ Улейминская сош им.Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

директор

/Казанская А.Е./

# МЕНЮ

16 ноября 2023 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	5,5	10,1	39,4	272
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
<b>Итого</b>				<b>8,6</b>	<b>17,7</b>	<b>88,6</b>	<b>547</b>
<b>Обед</b>							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	300	6,9	6,9	24,6	183
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	16,7	18,6	17	303
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>25,3</b>	<b>26,1</b>	<b>80,7</b>	<b>656</b>
<b>Всего</b>				<b>33,9</b>	<b>43,8</b>	<b>169,3</b>	<b>1203</b>