

Согласовано

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

МЕНЮ

20 ноября 2023 г.

7-11 лет



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 5,8 | 9,6 | 14,7 | 169 |
| | | СЛОЙКА С САХАРОМ | 30 | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | | 20,2 | 85 |
| 2008 | | ВАФЛИ | 37 | 0,9 | 1,1 | 24,7 | 113 |
| Итого | | | | 7,7 | 10,7 | 59,6 | 367 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ | 200 | 5 | 4,5 | 17,8 | 134 |
| 2011 | 171.1 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,6 | 7,8 | 42,4 | 278 |
| 2011 | 246 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 100 | 10,6 | 28,3 | 2,9 | 309 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 70 | 0,4 | | 1,1 | 6 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,3 | 0,1 | 16,4 | 67 |
| | | ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ | 15 | 1,6 | 5,4 | 7,9 | 86 |
| Итого | | | | 27,8 | 46,3 | 98,4 | 926 |
| Всего | | | | 35,5 | 57 | 158 | 1293 |