

Согласовано

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

директор

/Казанская А.Е./

**МЕНЮ**

28 ноября 2023 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	10	10,7	35,7	281
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
<b>Итого</b>				<b>13,6</b>	<b>20,3</b>	<b>79,6</b>	<b>554</b>
<b>Обед</b>							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	300	6,6	7,1	18,5	164
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4	4,6	23,6	152
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	8,5	19,9	3,2	227
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,3	15,5	75
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,9	3,7	25,1	151
<b>Итого</b>				<b>25,4</b>	<b>35,6</b>	<b>85,9</b>	<b>769</b>
<b>Всего</b>				<b>39</b>	<b>55,9</b>	<b>165,5</b>	<b>1323</b>