

Согласовано

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

директор

/Казанская А.Е./

# МЕНЮ

5 ноября 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ 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	250	9,5	12,4	33,5	284
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008		БАНАН	100	1,3	0,4	18	82
<b>Итого</b>				<b>14,1</b>	<b>15,1</b>	<b>91,7</b>	<b>561</b>
<b>Обед</b>							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	9,5	11,8	13,2	196
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	12,8	14,4	3,5	204
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	12,2	12	54,9	376
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,6	0,1	1,9	10
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
<b>Итого</b>				<b>36,6</b>	<b>38,6</b>	<b>115</b>	<b>965</b>
<b>Всего</b>				<b>50,7</b>	<b>53,7</b>	<b>206,7</b>	<b>1526</b>