

Согласовано

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

директор

МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,7	8,3	24,5	195
		КРУАССАН	60	3,5	10,2	26	210
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				12,9	26,3	89,8	647
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	250	8,1	7,6	10,9	142
2011	265	ПЛОВ	150	9,3	14,2	33,9	300
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,4	0,1	1,5	10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,5	44
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,7	3,9	25,4	146
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81
Итого				24,3	31	88,6	723
Всего				37,2	57,3	178,4	1370