

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

директор

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,5	9,7	27,7	228
		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				14,7	27,7	93	680
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	300	9,7	9,2	13,1	171
2011	265	ПЛОВ	200	12,2	17,9	45,4	392
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				28,8	36,3	102,3	844
Всего				43,5	64	195,3	1524