

Согласовано

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

МЕНЮ

19 ноября 2024 г.

12-18 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	9,8	10,6	33,3	272
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,1	14,1	17,3	224
Итого				19	32,3	79,6	686
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	300	4,9	3,4	12,3	101
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	8,9	19,8	2,7	225
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	60	0,6		1,3	8
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого				27	33	112,9	866
Всего				46	65,3	192,5	1552