

Согласовано

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



# МЕНЮ

9 октября 2023 г.

7-11 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	150	5,3	5,8	20,2	155
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
		КРУАССАН	60	3,5	10,2	26	210
<b>Итого</b>				<b>10,9</b>	<b>23,6</b>	<b>75,2</b>	<b>555</b>
<b>Обед</b>							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	230	7,9	9,1	15,5	177
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	9,5	25,5	2,6	278
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,8	2,7	18,3	110
<b>Итого</b>				<b>30,8</b>	<b>45,4</b>	<b>91,5</b>	<b>904</b>
<b>Всего</b>				<b>41,7</b>	<b>69</b>	<b>166,7</b>	<b>1459</b>