

Согласовано

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

**МЕНЮ**  
 11 октября 2023 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	324	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	220	6,8	10,4	42	290
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,4	11	61
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
<b>Итого</b>				<b>12,4</b>	<b>19,5</b>	<b>97,5</b>	<b>618</b>
<b>Обед</b>							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	300	5,4	13,9	15	208
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,1	0,7	39,3	189
2008	313	КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	100	18,6	14,3	17	270
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,4	11	61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
<b>Итого</b>				<b>32,7</b>	<b>30,6</b>	<b>107,2</b>	<b>834</b>
<b>Всего</b>				<b>45,1</b>	<b>50,1</b>	<b>204,7</b>	<b>1452</b>