

Согласовано

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



МЕНЮ

12 октября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,5	13,5	35	295
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	8,7	13,6	18,3	232
Итого				20,8	36,6	96,9	798
Обед							
2008	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	300	5	6,7	19,3	158
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	34,4	24,8	40,4	526
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,4	67
Итого				41	31,8	86	797
Всего				61,8	68,4	182,9	1595