

Согласовано

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

МЕНЮ

16 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							
		КРУАССАН	60	3,6	10,5	26,7	216
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142
Итого				7,6	19,3	91,8	573
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМ И СВИНИНОЙ	300	9,4	12,3	20,8	231
2011	265	ПЛОВ	180	13,6	7,4	60,6	364
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4		1,1	6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,2	1,5	11,5	64
Итого				26,5	21,4	135,3	835
Всего				34,1	40,7	227,1	1408