

Согласовано

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

директор

МЕНЮ

17 октября 2023 г.

7-11 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	165	8,6	9,6	30,7	246
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		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				13,8	19,3	84,6	569
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	6,6	4,3	15,2	125
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	28,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	12,9	62
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,2	0,3	14,1	68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого				28,7	41,3	102,5	902
Всего				42,5	60,6	187,1	1471