

Согласовано

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



МЕНЮ

19 октября 2023 г.

12-18 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ | 250 | 11,2 | 6,3 | 50,2 | 303 |
| 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 | | | | 16,4 | 16 | 104,1 | 626 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 101 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ | 300 | 5,9 | 8 | 19 | 174 |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 200 | 33,7 | 24,9 | 31,3 | 489 |
| 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 | | | | 41,2 | 33,2 | 76,6 | 776 |
| Всего | | | | 57,6 | 49,2 | 180,7 | 1402 |