

Согласовано

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

МЕНЮ

23 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							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	250	8,9	8	34,1	246
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ВАФЛИ	37	1,2	1,4	32,2	147
Итого				13	16,9	100,5	608
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	300	7,4	6,7	26,8	200
2011	265	ПЛОВ	180	14,7	11,2	53,7	375
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	0,6		1,3	8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,4	11	61
Итого				25,7	19,5	134,1	814
Всего				38,7	36,4	234,6	1422