

Согласовано

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

директор



МЕНЮ

24 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	9,2	10,6	31,5	261
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	8,6	10,8	16,6	200
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,3	1,6	12,8	71
Итого				19,3	23,1	75,9	592
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	5,9	2,3	33,3	179
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	28,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	51,1	335
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	0,6		1,2	7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	11,5	55
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ КУЛЕР	18900				
Итого				30,2	40,9	127,7	1006
Всего				49,5	64	203,6	1598