

Согласовано

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

МЕНЮ

26 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	10,2	10,8	35	280
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого				13	11,1	80,5	477
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	300	9,7	9,2	13,1	171
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	0,8	41	197
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	15,8	14,9	5,4	217
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,2	3	18,7	114
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ КУЛЕР	18900				
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,6	10
Итого				36,9	28,2	89,7	755
Всего				49,9	39,3	170,2	1232