

Согласовано

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

директор



МЕНЮ

27 октября 2023 г.

12-18 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		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
2008		ВАФЛИ	37	1,5	1,7	40,7	187
Итого				4,4	9,2	74,9	402
Обед							
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	28,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4		1,1	6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,6	5,7	8,3	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
Итого				25,6	43,7	107,3	925
Всего				30	52,9	182,2	1327