

Согласовано

МОУ Улейминская сош им.Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

директор

/Казанская А.Е./

# МЕНЮ

7 октября 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	9	15,8	36,3	324
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
<b>Итого</b>				<b>12,7</b>	<b>23,6</b>	<b>75,6</b>	<b>566</b>
<b>Обед</b>							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	3,8	11,4	17,6	188
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	5	18	9,4	220
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
<b>Итого</b>				<b>20,4</b>	<b>37,9</b>	<b>122,1</b>	<b>912</b>
<b>Всего</b>				<b>33,1</b>	<b>61,5</b>	<b>197,7</b>	<b>1478</b>