

Согласовано

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

МЕНЮ
 7 октября 2024 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	250	11,9	14,8	40,5	345
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
Итого				15,6	22,6	79,8	587
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	5,8	8,4	16,2	164
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	7,7	20,4	3,1	228
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
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	0,7	0,7	17,2	83
Итого				27,2	39,2	131,5	993
Всего				42,8	61,8	211,3	1580