

Согласовано

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



МЕНЮ

14 октября 2024 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	10,9	12	37,4	304
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,5	14,1	19,7	236
Итого				20,5	33,7	86,1	730
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	7,2	4,9	16,1	137
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	11,5	13	3,2	184
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	70	0,6		1,3	8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,3	0,3	14,8	71
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
Итого				32,6	27,6	117,7	857
Всего				53,1	61,3	203,8	1587