

Согласовано

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



МЕНЮ

15 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8	16,7	31,5	308
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				12,5	24,4	76	575
Обед							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	250	5,6	4,7	14,2	122
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	17	20,9	72	546
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20				
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	60
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	10,5	51
Итого				25,2	26,4	127,8	848
Всего				37,7	50,8	203,8	1423