

Согласовано

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

директор

МЕНЮ

21 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	10,7	39,8	300
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	6,1	12,6	17,3	208
Итого				19,1	30,9	86,1	698
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	9,8	7	16,1	166
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	11,8	19,6	22,8	315
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,3		1	6
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61
Итого				34,5	36,4	136,5	1019
Всего				53,6	67,3	222,6	1717