

Согласовано

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

## МЕНЮ

25 октября 2024 г.

7-11 лет



| Сборник рецептур | № 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   | 10,5              | 24,6        | 38,2         | 418                           |
| 2008             | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 200   | 0,2               | 0,1         | 15           | 60                            |
| 2008             |               | БАТОН                                   | 20    | 1,6               | 0,2         | 10,3         | 52                            |
| 2008             |               | ВАФЛИ                                   | 37    | 1,1               | 1,3         | 30,9         | 142                           |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>13,4</b>       | <b>26,2</b> | <b>94,4</b>  | <b>672</b>                    |
| <b>Обед</b>      |               |   |       |                   |             |              |                               |
| 2011             | 82            | БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ | 250   | 9                 | 11,9        | 24,7         | 243                           |
| 2011             | 202.1         | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ             | 150   | 4,9               | 0,6         | 30,7         | 148                           |
| 2008             | 308           | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ                   | 100   | 12,8              | 14,4        | 3,5          | 204                           |
| 2008             |               | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                          | 70    | 0,4               | 0,1         | 1,5          | 10                            |
| 2008             | 431           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                 | 200   | 0,3               | 0,1         | 16,4         | 67                            |
| 2008             |               | ПЕЧЕНЬЕ                                 | 20    | 3                 | 3,9         | 29,8         | 167                           |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 20    | 1,3               | 0,2         | 9,9          | 46                            |
|                  |               | ВОДА ПИТЬЕВАЯ КУЛЕР                     | 18900 |                   |             |              |                               |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>31,7</b>       | <b>31,2</b> | <b>116,5</b> | <b>885</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |   |       | <b>45,1</b>       | <b>57,4</b> | <b>210,9</b> | <b>1557</b>                   |