



МОУ Улейминская сош им.Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

MEHIO

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	190	КАША "ДРУЖБА"	250	11,25	7,50	42,51	277,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,00	60,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	1,63	4,91	9,87	90,34
2008		ЯБЛОКО	130	1,00	1,00	13,00	61,00
Итого				13,88	13,41	80,38	488,90
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,00	1,00	5,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	1,91	5,81	8,81	100,26
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ (КОНС.)	250	10,00	10,00	41,00	293,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	12,00	46,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,00	15,00	69,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	2,00	3,00	14,00	81,00
Итого				15,91	18,81	91,81	594,26
Всего				29,79	32,22	172,19	1 083,16