

Согласовано

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



# МЕНЮ

4 сентября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	9,8	9,8	41,4	293
		КРУАССАН	60	5,8	17	43,3	349
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
<b>Итого</b>				<b>20</b>	<b>36,4</b>	<b>133,1</b>	<b>939</b>
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМ И ГОВЯДИНОЙ	200	5	4,5	17,8	134
2011	265	ПЛОВ	180	9,8	6,5	39,8	257
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	0,5	0,1	1,8	11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>17,6</b>	<b>11,7</b>	<b>110,5</b>	<b>619</b>
<b>Всего</b>				<b>37,6</b>	<b>48,1</b>	<b>243,6</b>	<b>1558</b>