

Согласовано

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

директор

## МЕНЮ

7 сентября 2023 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>							
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	19,2	28,7	2,8	351
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
<b>Итого</b>				<b>25,2</b>	<b>38,3</b>	<b>61,9</b>	<b>699</b>
<b>Обед</b>							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	200	5,6	5,7	8,4	108
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,7	0,6	30,1	144
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	14,3	13,4	4,8	196
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,6	2,4	16,1	97
<b>Итого</b>				<b>30</b>	<b>24,2</b>	<b>83,9</b>	<b>672</b>
<b>Всего</b>				<b>55,2</b>	<b>62,5</b>	<b>145,8</b>	<b>1371</b>