

Согласовано

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

МЕНЮ

11 сентября 2023 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	15,3	12	58,5	406
		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	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	65
Итого				24,7	38,5	146,6	1031
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	300	9,7	9,2	13,1	171
2011	265	ПЛОВ	200	20,5	19,8	52,4	470
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	70	0,7		1,4	9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
Итого				33,5	29,3	113,2	843
Всего				58,2	67,8	259,8	1874