

Согласовано

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

## МЕНЮ

14 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	324	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7,7	12	47,3	329
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,8	8,8	14,7	163
<b>Итого</b>				<b>15,6</b>	<b>28,4</b>	<b>91</b>	<b>682</b>
<b>Обед</b>							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	4,6	4,6	16,4	122
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,1	10,9	41	293
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	10,5	28,3	3,5	311
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,7	3,9	25,4	146
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,6	9
<b>Итого</b>				<b>27,4</b>	<b>48,1</b>	<b>102,8</b>	<b>950</b>
<b>Всего</b>				<b>43</b>	<b>76,5</b>	<b>193,8</b>	<b>1632</b>