

Согласовано

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

# МЕНЮ

3 сентября 2024 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ					
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	200	7,5	8,7	30,1	229
2008		ЙОГУРТ	35	5,6	6,6	13,1	135
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	95	1,9	7,5	14	130
2008		БАНАН	200	0,2	0,1	15	60
<b>Итого</b>			100	1,3	0,4	18,1	83
				<b>16,5</b>	<b>23,3</b>	<b>90,3</b>	<b>637</b>
<b>Обед</b>							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	250	8,5	12,1	12,7	195
2011	265	ПЛОВ	180	18	19,4	46,7	432
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		31,4	124
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	1,1	0,2	3,8	24
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,1	0,1	0,8	5
<b>Итого</b>				<b>30,3</b>	<b>32,1</b>	<b>110,3</b>	<b>849</b>
<b>Всего</b>				<b>46,8</b>	<b>55,4</b>	<b>200,6</b>	<b>1486</b>