

Согласовано

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

МЕНЮ

4 сентября 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	9,1	12	34,6	284
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,4	67
Итого				14,4	21,8	90,2	616
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	7	9,6	16,6	180
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	10,6	28,3	2,9	309
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	1	0,1	3	17
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого				32,7	49,8	134	1121
Всего				47,1	71,6	224,2	1737