

Согласовано

МОУ Улейминская сош им.Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

директор

Казанская А.Е./

# МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

7-11 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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,1	27,6	25	368
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
<b>Итого</b>				<b>9,6</b>	<b>35,5</b>	<b>69,1</b>	<b>636</b>
<b>Обед</b>							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	200	3,2	1,4	6,1	50
2008	309	РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	150	11	9,2	13,1	179
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008		ЯБЛОКО	100	0,8	0,8	19	91
<b>Итого</b>				<b>18,7</b>	<b>13,8</b>	<b>84,2</b>	<b>532</b>
<b>Всего</b>				<b>28,3</b>	<b>49,3</b>	<b>153,3</b>	<b>1168</b>