

Согласовано

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

МЕНЮ

8 сентября 2025 г.

12-18 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	9,1	13,4	27	266
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
Итого				12,8	21,2	66,3	508
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	6,2	14,2	18	225
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	7,4	19,7	2,9	220
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,3	0,3	14,8	71
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200			14,8	60
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				26,9	44	111,9	960
Всего				39,7	65,2	178,2	1468