

Согласовано

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



МЕНЮ
18 января 2023 г.

7-11 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	150	6,1	13,2	20,8	226
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,9	15,4	7,8	191
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
Итого				14,6	38,1	72,2	688
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	5,2	4,2	17,3	128
2011	265	ПЛОВ	150	12,2	10,1	38,7	295
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,8	5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62
Итого				20	14,7	84,7	551
Всего				34,6	52,8	156,9	1239