

Согласовано

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

МЕНЮ

20 января 2023 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	324	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,6	13,7	27,7	262
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,3	12,4	15,5	204
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого				15,7	27,1	86,6	657
Обед							
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ	250	5,6	6,6	17,9	154
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	17,8	14,9	39,8	364
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			13,6	54
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,6	0,3	16,3	79
2008		ЯБЛОКО	100	0,7	0,7	17	82
Итого				26,7	22,5	104,6	733
Всего				42,4	49,6	191,2	1390