

Согласовано

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

МЕНЮ

24 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	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	4,1	7,6	29,6	205
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				7,8	15,4	68,9	447
Обед							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250	8,1	8,2	18	180
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,6	7,8	42,4	278
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	8,5	22,6	2,3	247
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	35	0,7		1,5	9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,5	0,3	16,2	78
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
Итого				28,4	38,9	90,1	831
Всего				36,2	54,3	159	1278