

Согласовано

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

директор

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

26 января 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	150	7,4	11,5	29,8	253
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	8,1	26,3	16,6	338
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого				19,8	48,2	97,3	903
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	4,6	4,6	16,4	122
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,1	0,5	26,2	126
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	80	10,2	11,5	2,8	163
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,4		1,2	7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,3	3,1	19,8	122
2008		БАНАН	100	1,2	0,4	16,4	75
Итого				25,1	20,3	92,7	661
Всего				44,9	68,5	190	1564