Согласовано

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

МЕНЮ

26 января 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	10,1	13,2	40	321
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				**22,5**	**49,9**	**107,5**	**971**
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	5,8	5,8	20,5	152
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	4,8	0,6	30,7	148
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				**27**	**21,6**	**101,3**	**713**
Всего				**49,5**	**71,5**	**208,8**	**1684**