

Согласовано

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

МЕНЮ

15 января 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		20,2	85
		КРУАССАН	60	3,5	10,2	26	210
2008		ВАФЛИ	37	1	1,2	28,2	129
Итого				7,4	18,9	88,4	554
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	250	6,2	5,6	22,3	167
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	9,4	21	3,2	240
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200			11,6	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				27,7	36,6	107,7	880
Всего				35,1	55,5	196,1	1434