

Согласовано

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

**МЕНЮ**

16 января 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	6,5	16,7	22	264
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,4	67
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,3	22,3	13,9	278
<b>Итого</b>				<b>14</b>	<b>46,6</b>	<b>66,3</b>	<b>739</b>
<b>Обед</b>							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	4,5	8,4	14,1	151
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	9,9	19,9	26,1	324
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,7	11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,6	65
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,9	2,9	19,3	116
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,7	0,9	7,3	41
<b>Итого</b>				<b>20,6</b>	<b>32,5</b>	<b>82,1</b>	<b>708</b>
<b>Всего</b>				<b>34,6</b>	<b>79,1</b>	<b>148,4</b>	<b>1447</b>