

Согласовано

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



**МЕНЮ**  
23 января 2024 г.  
12-18 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	250	8,9	18,1	30,4	322
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
2008		ЯБЛОКО	100	0,7	0,7	17,6	85
<b>Итого</b>				<b>11,4</b>	<b>19,1</b>	<b>73,3</b>	<b>519</b>
<b>Обед</b>							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	300	5,7	3,4	19,5	132
2008	309	РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	200	14,6	12,2	17,4	238
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	60	0,6		1,3	8
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,2	3,1	19,6	120
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,3	0,3	14,4	69
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
<b>Итого</b>				<b>27,9</b>	<b>21</b>	<b>87,1</b>	<b>650</b>
<b>Всего</b>				<b>39,3</b>	<b>40,1</b>	<b>160,4</b>	<b>1169</b>