

Согласовано

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



МЕНЮ
 30 января 2024 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					
2008		ЙОГУРТ	170	7,2	3,7	39,2	220
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	95	1,9	7,5	14	130
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	200	0,2	0,1	15	60
Итого			35	5,7	22,9	14,9	289
				15	34,2	83,1	699
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМ И ГОВЯДИНОЙ	250	6,2	5,6	22,3	167
2011	265	ПЛОВ	180	12,7	23,9	59,9	507
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	0,6		1,2	7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6	24
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				21,2	30,1	109,1	798
Всего				36,2	64,3	192,2	1497