

Согласовано

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



**МЕНЮ**  
**31 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	9,5	12,5	34,1	289
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	10,3	52
<b>Итого</b>				<b>13,2</b>	<b>20,3</b>	<b>73,4</b>	<b>531</b>
<b>Обед</b>							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250	10,8	13,1	6,9	190
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	13,4	1,6	85,5	410
2008	308	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	11,5	13	3,2	184
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,4		1,1	6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ КУЛЕР	18900				
<b>Итого</b>				<b>37,6</b>	<b>28</b>	<b>121,6</b>	<b>896</b>
<b>Всего</b>				<b>50,8</b>	<b>48,3</b>	<b>195</b>	<b>1427</b>