

Согласовано

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

## МЕНЮ

13 января 2025 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>							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	250	10,8	5,7	57,2	324
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>14,5</b>	<b>13,5</b>	<b>96,5</b>	<b>566</b>
<b>Обед</b>							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	300	9,7	9,2	13,1	171
2011	265	ПЛОВ	180	15,3	30,4	46,7	521
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	14,9	69
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,4	0,1	1,5	10
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,7	3,9	25,4	146
<b>Итого</b>				<b>31,1</b>	<b>43,9</b>	<b>101,6</b>	<b>917</b>
<b>Всего</b>				<b>45,6</b>	<b>57,4</b>	<b>198,1</b>	<b>1483</b>