

Согласовано

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



МЕНЮ

21 января 2025 г.

7-11 лет

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|----------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ | 200 | 6,8 | 9,3 | 28 | 224 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 6,4 | 8,5 | 19,6 | 182 |
| 2008 | | ВАФЛИ | 40 | 1,1 | 1,3 | 30,9 | 142 |
| Итого | | | | 14,5 | 19,2 | 93,5 | 608 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 94 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 200 | 5,9 | 14,7 | 14,3 | 213 |
| 2008 | 308 | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 100 | 12,8 | 14,4 | 3,5 | 204 |
| 2011 | 171.1 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,6 | 7,8 | 42,4 | 278 |
| 2011 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД | 200 | 0,2 | 0,1 | 33 | 138 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 |
| Итого | | | | 31 | 39,3 | 120,8 | 977 |
| Всего | | | | 45,5 | 58,5 | 214,3 | 1585 |