

Согласовано

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

МЕНЮ

28 января 2025 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	200	7	9,5	26,3	220
2008		ЙОГУРТ	95	1,9	7,5	14	130
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7	9,9	17,2	187
Итого				16,1	27	72,5	597
Обед							
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	8,3	11,5	16,5	203
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	9,3	24,8	2,9	272
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,4	9,4	50,9	333
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,2	0,1	33	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				30,6	46,5	125,8	1054
Всего				46,7	73,5	198,3	1651