

Утверждаю

руководитель  
ЦО "Улейминский" им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В.  
/Казанская А.Е./

# МЕНЮ

21 апреля 2026 г.

7-11 лет



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда          | Выход | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-----------------------------|-------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |                             |       | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |                             |       |                   |              |               |                               |
| 2008             | 189           | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ       | 200   | 9,00              | 10,00        | 41,00         | 289,00                        |
| 2008             | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ               | 200   | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00                         |
| 2008             | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ           | 35    | 6,00              | 8,00         | 8,00          | 129,00                        |
| 2008             |               | ЯБЛОКО                      | 130   | 1,00              | 0,00         | 13,00         | 61,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |                             |       | <b>16,00</b>      | <b>18,00</b> | <b>77,00</b>  | <b>539,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |                             |       |                   |              |               |                               |
| 2011             | 94            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ    | 200   | 8,00              | 10,00        | 16,00         | 196,00                        |
| 2008             | 312           | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ       | 90    | 10,00             | 12,00        | 3,00          | 163,00                        |
| 2011             | 309           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150   | 5,00              | 5,00         | 41,00         | 205,00                        |
| 2008             | 411           | КИСЕЛЬ                      | 200   | 0,00              | 0,00         | 19,00         | 77,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                 | 30    | 2,00              | 0,00         | 15,00         | 69,00                         |
| 2008             |               | МАНДАРИН                    | 100   | 1,00              | 0,00         | 7,00          | 38,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |                             |       | <b>26,00</b>      | <b>27,00</b> | <b>101,00</b> | <b>748,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |                             |       | <b>42,00</b>      | <b>45,00</b> | <b>178,00</b> | <b>1 287,00</b>               |