

Утверждаю

ЦО "Улейминский" им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

руководитель

/Казанская А.Е./



МЕНЮ

29 апреля 2026 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7,00	7,00	51,00	251,00
2008		ЙОГУРТ	95	5,00	6,00	14,00	130,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,00	20,00	85,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6,00	8,00	8,00	129,00
Итого				19,00	21,00	93,00	595,00
Обед							
	83	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	3,00	6,00	18,00	132,00
2011	260/1	КУРИЦА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	100	12,00	11,00	4,00	164,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,00	6,00	49,00	245,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,00	15,00	69,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,00	60,00
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	2,00	5,00	8,00	83,00
Итого				25,00	28,00	109,00	753,00
Всего				44,00	49,00	202,00	1 348,00