

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 мая 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	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	19,00	77,00
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	2,00	5,00	8,00	83,00
Итого				25,00	28,00	113,00	770,00
Всего				44,00	49,00	206,00	1 365,00