Утверждаю

руководитель

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

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

2 ноября 2026 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	14,71	8,60	14,54	194,75
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,71	8,26	28,95	209,71
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,49	61,92
2008		БАТОН	40	3,20	0,40	19,64	95,20
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	60	1,48	0,10	3,11	19,15
Итого				**24,10**	**17,36**	**81,73**	**580,73**
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,48	0,06	1,49	8,33
2011	87/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	13,20	28,90	10,35	359,66
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	2,38	5,08	15,09	115,66
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	11,35	16,69	14,54	253,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008	442	СОК	200	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого				**32,66**	**51,48**	**88,05**	**952,56**
Всего				**56,76**	**68,84**	**169,78**	**1 533,29**