Утверждаю

руководитель

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

_____ /Казанская А.Е./



МЕНЮ

5 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							
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	120	13,13	30,42	12,15	380,83
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
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,48	0,06	1,49	8,33
Итого				**21,13**	**36,40**	**94,01**	**793,48**
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	15,70	16,14	19,45	290,89
2011	287	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	16,63	31,87	21,81	447,22
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,67	0,12	2,31	14,61
Итого				**39,75**	**50,84**	**105,03**	**1 051,30**
Всего				**60,88**	**87,24**	**199,04**	**1 844,78**