Утверждаю

МОУ СОШ "Угличский ОК "Перспектива" ЦО "Улейминский" им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В. руководитель

_____ /Казанская А.Е./

МЕНЮ

9 ноября 2026 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛ	180	6,26	7,52	30,80	216,52
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,39	8,18	7,41	121,62
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,97	3,21	24,85	145,54
2008		ГРУША	130	0,52	0,39	13,45	61,35
Итого				**15,14**	**19,30**	**76,51**	**545,03**
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,47	0,06	1,48	8,30
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	10,76	12,19	14,56	215,88
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	11,28	7,93	12,96	168,53
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	8,52	38,67	246,18
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,07	0,00	9,86	40,48
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого				**30,67**	**29,26**	**104,98**	**811,96**
Всего				**45,81**	**48,56**	**181,49**	**1 356,99**