Утверждаю

руководитель

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

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

9 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛ	200	7,09	8,73	35,02	247,83
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,68	9,25	7,91	134,55
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	24,42	141,00
2008		ГРУША	130	0,52	0,39	13,35	60,93
Итого				**16,04**	**21,38**	**80,70**	**584,31**
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,48	0,06	1,49	8,33
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	14,81	16,08	17,59	279,28
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	14,71	8,60	14,54	194,75
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,41	10,22	46,04	293,80
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,08	0,00	9,90	40,77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого				**38,88**	**35,52**	**117,01**	**949,52**
Всего				**54,92**	**56,90**	**197,71**	**1 533,83**