Утверждаю

руководитель

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

_____ /Казанская А.Е./

МЕНЮ

10 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	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	19,30	24,40	15,51	358,73
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,50	5,68	47,92	273,03
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,43	0,00	10,63	45,09
2008		БАТОН	40	1,76	0,22	10,80	52,36
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	1,37	0,09	2,86	17,63
Итого				**30,36**	**30,39**	**87,72**	**746,84**
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,67	0,12	2,31	14,61
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	8,14	19,02	16,32	273,09
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	6,68	15,23	6,32	189,30
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,96
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
2008		БАТОН	20	0,96	0,12	5,89	28,56
Итого				**22,76**	**40,27**	**96,54**	**844,91**
Всего				**53,12**	**70,66**	**184,26**	**1 591,75**