**Утверждаю**

руководитель

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

/Казанская А.Е./

# МЕНЮ

**11 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 | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 240 | 9,75 | 9,85 | 40,48 | 290,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,00 | 0,00 | 12,11 | 48,38 |
| 2008 | | БАТОН | 40 | 2,08 | 0,26 | 12,77 | 61,88 |
| 2008 | | МАНДАРИН | 130 | 1,04 | 0,26 | 9,71 | 49,22 |
| **Итого** | | | | **12,87** | **10,37** | **75,07** | **449,48** |
| **Обед** | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 60 | 0,30 | 0,04 | 0,65 | 4,94 |
| 2008 | 105 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 200 | 5,71 | 4,90 | 10,23 | 108,28 |
| 2011 | 259 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 240 | 9,85 | 18,76 | 29,26 | 325,89 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 0,96 | 0,12 | 5,89 | 28,56 |
| 2011 | 377 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 8,03 | 33,34 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 130 | 0,68 | 0,68 | 16,60 | 79,62 |
| **Итого** | | | | **19,61** | **24,76** | **83,38** | **641,82** |
| **Всего** | | | | **32,48** | **35,13** | **158,45** | **1 091,30** |