Утверждаю

руководитель

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

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

11 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	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	13,49	13,26	46,90	361,62
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	13,55	54,18
2008		БАТОН	40	2,08	0,26	12,77	61,88
2008		МАНДАРИН	130	1,04	0,26	9,77	49,50
Итого				**16,61**	**13,78**	**82,99**	**527,18**
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,30	0,04	0,65	4,94
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	8,21	7,54	12,03	149,27
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	10,73	20,57	30,93	352,24
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	0,16	0,00	8,12	33,99
2008		ЯБЛОКО	130	0,68	0,68	16,56	79,41
Итого				**23,03**	**29,21**	**86,90**	**709,60**
Всего				**39,64**	**42,99**	**169,89**	**1 236,78**