Утверждаю

руководитель

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

/Казанская А.Е./

МЕНЮ

12 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							
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	90	7,01	13,93	16,69	220,26
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,74	6,66	21,41	161,08
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
2008		БАТОН	40	3,20	0,40	19,64	95,20
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,62	0,08	1,33	10,14
Итого				**14,57**	**21,07**	**68,75**	**525,38**
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,67	0,12	2,30	14,55
2011	87/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	5,45	10,88	7,34	151,47
2011	260/1	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ	45/45	4,54	5,17	4,54	82,72
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	6,30	32,80	203,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА И ИЗЮМА	200	0,38	0,12	14,36	61,05
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,85	0,25	11,87	57,11
Итого				**18,19**	**23,04**	**83,03**	**617,50**
Всего				**32,76**	**44,11**	**151,78**	**1 142,88**