

Утверждаю

МОУ Улейминская сош им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В.  
директор  
Казанская А.Е./



# МЕНЮ

23 октября 2025 г.

7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-----------------------------------------|
|                               |                     |                                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                         |
| Завтрак                       |                     |                                                  |       |                   |         |                  |                                         |
| 2008                          | 184                 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ                            | 200   | 12,00             | 14,00   | 34,00            | 289,00                                  |
| 2011                          | 382                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 200   | 4,00              | 2,00    | 15,00            | 111,00                                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                            | 40    | 3,00              | 1,00    | 21,00            | 104,00                                  |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                           | 130   | 1,00              | 1,00    | 13,00            | 61,00                                   |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 20,00             | 18,00   | 83,00            | 565,00                                  |
| Обед                          |                     |                                                  |       |                   |         |                  |                                         |
| 2008                          | 232                 | СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ПТИЦЫ                    | 250   | 5,00              | 6,00    | 19,00            | 101,00                                  |
| 2008                          | 313                 | КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ<br>ПАНИРОВАННАЯ | 100   | 13,00             | 12,00   | 20,00            | 229,00                                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                      | 150   | 6,00              | 5,00    | 36,00            | 270,00                                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200   | 0,00              | 0,00    | 15,00            | 60,00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 30    | 2,00              | 0,00    | 15,00            | 69,00                                   |
| 2008                          | 364                 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                            | 30    | 0,00              | 1,00    | 2,00             | 15,00                                   |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 26,00             | 24,00   | 107,00           | 744,00                                  |
| Всего                         |                     |                                                  |       | 46,00             | 42,00   | 190,00           | 1 309,00                                |