

Утверждаю

МОУ Улейминская сош им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В.

директор

/Казанская А.Е./

**МЕНЮ**  
**28 октября 2025 г.**  
**12-18 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                          | 225                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                   | 180   | 12,00             | 9,00    | 21,00            | 242,00                                   |
| 2011                          | 389                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                       | 200   | 0,00              | 0,00    | 12,00            | 46,00                                    |
|                               |                     | КРУАССАН                            | 60    | 7,00              | 9,00    | 20,00            | 175,00                                   |
|                               |                     | ФРУКТОВАЯ ПОДЛИВА                   | 60    | 0,00              | 0,00    | 30,00            | 124,00                                   |
| Итого                         |                     |                                     |       | 19,00             | 18,00   | 83,00            | 587,00                                   |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                       | 70    | 0,00              | 0,00    | 1,00             | 6,00                                     |
| 2008                          | 105                 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ | 250   | 4,00              | 6,00    | 40,00            | 132,00                                   |
| 2011                          | 265                 | ПЛОВ                                | 280   | 37,34             | 39,21   | 63,48            | 884,92                                   |
| 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                                    |
| Итого                         |                     |                                     |       | 43,34             | 45,21   | 134,48           | 1 151,92                                 |
| Всего                         |                     |                                     |       | 62,34             | 63,21   | 217,48           | 1 738,92                                 |