Утверждаю

руководитель
ЦО "Улейминский" им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В.
_____ /Казанская А.Е./

МЕНЮ

28 октября 2026 г.

12-18 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	100	13,54	32,83	14,30	407,08
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,25	7,77	25,21	188,44
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	14,52	58,05
2008		БАТОН	40	3,20	0,40	19,64	95,20
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80
Итого				**21,47**	**41,06**	**74,69**	**756,57**
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,65	0,12	2,26	14,27
2011	87/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	13,34	29,53	10,73	367,41
2011	260/1	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ	50/50	9,23	11,04	4,48	154,26
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,47	10,63	46,76	300,66
2011	388	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА И ИЗЮМА	200	0,55	0,19	20,75	93,51
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого				**33,15**	**52,15**	**116,00**	**1 079,69**
Всего				**54,62**	**93,21**	**190,69**	**1 836,26**