Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	32,67	25,60	39,00	523,33
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,23	0,00	10,23	42,69
2008		БАТОН	30	1,76	0,22	10,80	52,36
2008		ЯБЛОКО	130	0,30	0,30	7,25	34,75
Итого				**34,96**	**26,12**	**67,28**	**653,13**
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,38	0,05	0,82	6,24
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,88	3,85	20,04	131,33
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	11,37	26,08	30,51	402,69
2008		БАТОН	20	1,12	0,14	6,87	33,32
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,32	0,18	8,48	40,79
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,90	113,00
Итого				**18,67**	**32,36**	**109,50**	**810,77**
Всего				**53,63**	**58,48**	**176,78**	**1 463,90**