Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	7,29	9,40	36,53	261,02
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,99	4,07	26,46	164,05
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,36	9,36	5,94	126,38
2008		ГРУША	130	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				**16,64**	**22,83**	**68,93**	**551,45**
Обед							
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	12,25	11,54	19,77	234,06
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	120	11,74	30,98	7,49	357,03
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
2011	388	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА И ИЗЮМА	200	0,24	0,07	14,81	61,39
2008		БАТОН	20	0,64	0,08	3,93	19,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,85	0,25	11,87	57,11
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,20	1,57	11,90	66,72
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				**32,24**	**50,01**	**115,01**	**1 042,55**
Всего				**48,88**	**72,84**	**183,94**	**1 594,00**