

Согласовано

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



# МЕНЮ

18 сентября 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                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                       | 35    | 6,3               | 17,2    | 16,5             | 247                                      |
| 2008                          | 324                 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                   | 250   | 9,6               | 12,9    | 60,5             | 397                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 200   | 0,2               | 0,1     | 15               | 60                                       |
| 2008                          |                     | ВАФЛИ                                   | 22    | 0,8               | 1       | 23,2             | 106                                      |
| Итого                         |                     |                                         |       | 16,9              | 31,2    | 115,2            | 810                                      |
| Обед                          |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ | 250   | 4,2               | 4,6     | 19,2             | 137                                      |
| 2011                          | 265                 | ПЛОВ                                    | 200   | 13,6              | 13      | 44,5             | 349                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 20    | 1,3               | 0,2     | 9,9              | 46                                       |
| 2011                          | 383                 | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ               | 200   | 2                 | 2,1     | 17,6             | 98                                       |
|                               |                     | ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ                        | 15    | 1,6               | 5,6     | 8,1              | 90                                       |
| Итого                         |                     |                                         |       | 22,7              | 25,5    | 99,3             | 720                                      |
| Всего                         |                     |                                         |       | 39,6              | 56,7    | 214,5            | 1530                                     |