

Утверждаю

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

# МЕНЮ

25 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                          | 190                 | КАША "ДРУЖБА"                           | 250   | 7,70              | 12,50   | 33,50            | 308,00                                   |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 200   | 0,20              | 0,10    | 15,00            | 60,00                                    |
|                               |                     | КРУАССАН                                | 60    | 3,76              | 10,98   | 27,97            | 225,82                                   |
| 2008                          |                     | БАТОН                                   | 20    | 2,40              | 0,30    | 14,73            | 71,40                                    |
| Итого                         |                     |                                         |       | 14,06             | 23,88   | 91,20            | 665,22                                   |
| Обед                          |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                           | 40    | 0,17              | 0,02    | 0,53             | 2,97                                     |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ | 250   | 6,00              | 4,20    | 20,00            | 154,00                                   |
| 2011                          | 265                 | ПЛОВ                                    | 200   | 15,00             | 20,00   | 30,10            | 390,00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30    | 1,30              | 0,20    | 9,90             | 46,00                                    |
|                               |                     | ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ                        | 15    | 1,36              | 4,81    | 6,98             | 76,77                                    |
| 2011                          | 377                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                 | 200   | 0,10              | 0,00    | 19,60            | 80,00                                    |
| Итого                         |                     |                                         |       | 23,93             | 29,23   | 87,11            | 749,74                                   |
| Всего                         |                     |                                         |       | 37,99             | 53,11   | 178,31           | 1 414,96                                 |