

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 января 2026 г.

12-18 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	11	13	45	320
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,00	9,00	8,00	129,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,00	60,00
2008		ЯБЛОКО	100	1,00	1,00	13,00	61,00
Итого				15,23	23,27	68,29	570
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	1,00	0,00	2,00	14,00
2011	94	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,50	3,75	20,00	135,00
2008	312	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	80	10,00	12,00	3,00	163,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,00	6,00	41,98	245,86
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,00	0,00	19,00	77,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,00	15,00	69,00
Итого				21,50	21,75	100,98	703,86
Всего				36,73	45,02	169,27	1 271 , 88