

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 января 2026 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	250	10,00	6,00	43,00	278,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,00	9,00	8,00	129,00
2008		ЙОГУРТ	95	2,00	7,00	14,00	130,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,00	60,00
Итого				17,00	22,00	80,00	597,00
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ	250	10,00	8,00	24,00	202,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	18,00	29,00	28,00	337,00
2011	383	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	4,00	4,00	26,00	146,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,00	15,00	69,00
2008		ЯБЛОКО	100	2,00	0,00	13,00	61,00
Итого				36,00	41,00	106,00	815,00
Всего				53,00	63,00	186,00	1 412,00