

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 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							
2011	120	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	250	8,00	8,00	48,00	295,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	12,00	46,00
2008		БАТОН	40	3,00	1,00	21,00	104,00
		КРУАССАН	60	7,00	9,00	13,00	175,00
Итого				18,00	18,00	94,00	620,00
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ	250	6,00	9,00	5,00	129,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,00	9,00	51,00	335,00
2008	313	КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ ПАНИРОВАННАЯ	100	11,00	11,00	20,00	229,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,00	0,00	15,00	62,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,00	15,00	69,00
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,00	1,00	2,00	15,00
Итого				29,00	30,00	108,00	839,00
Всего				47,00	48,00	202,00	1 459,00