

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
22 января 2026 г.

12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	11,00	9,00	49,00	317,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,00	9,00	8,00	129,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	12,00	46,00
2008		ЙОГУРТ	95	2,00	2,00	21,00	130,00
<b>Итого</b>				<b>18,00</b>	<b>20,00</b>	<b>90,00</b>	<b>622,00</b>
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ	250	10,00	8,00	24,00	202,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	9,00	15,00	19,00	298,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,00	15,00	69,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,00	60,00
2008		ВАФЛИ	40	5,00	3,00	31,00	134,00
<b>Итого</b>				<b>26,00</b>	<b>26,00</b>	<b>104,00</b>	<b>763,00</b>
<b>Всего</b>				<b>44,00</b>	<b>46,00</b>	<b>194,00</b>	<b>1 385,00</b>