

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
27 января 2026 г.

12-18 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	13,00	13,00	56,00	365,00
2008		БАТОН	40	3,00	1,00	21,00	104,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	12,00	46,00
2008		ЙОГУРТ	95	4,00	8,00	13,00	130,00
<b>Итого</b>				<b>20,00</b>	<b>22,00</b>	<b>102,00</b>	<b>645,00</b>
<b>Обед</b>							
	83	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	6,00	9,00	17,00	132,00
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
<b>Итого</b>				<b>29,00</b>	<b>29,00</b>	<b>118,00</b>	<b>827,00</b>
<b>Всего</b>				<b>49,00</b>	<b>51,00</b>	<b>220,00</b>	<b>1 472,00</b>