

Утверждаю

Директор школы №14

Полтавцева Г.Л.

МЕНЮ
"13" сентября 2025г.

7-11 лет

1 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42		4,90	7,40	12,70	137,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,00	4,50	0,30	61,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200		5,60	10,40	40,30	278,00
2021	12	КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,20	3,30	14,90	108,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,50	0,10	10,00	47,00
Итого					21,20	25,70	78,20	631,00
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60		0,70	0,10	2,30	14,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		2,20	5,80	13,10	116,00
2011	260	ГУЛЯШ	90		13,50	15,50	3,30	206,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,30	5,30	22,30	137,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,70	0,40	17,00	62,00
Итого					26,20	27,40	92,80	712,00
Полдник								
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	100		8,10	2,50	40,00	278,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
Итого					9,10	2,70	60,20	364,00
Всего					56,50	55,80	231,20	1 707,00

Повар

Алимова

Утверждаю

Директор школы №14

/ Полтавцева Г.Л.



МЕНЮ
"13" января 2025 г.

12-18 лет

1 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42		4,90	7,40	12,70	137,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,00	4,50	0,30	61,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	250		7,00	12,90	50,20	346,00
2021	12/1	КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,50	3,50	24,70	150,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,10	0,30	20,10	95,00
Итого					24,50	28,60	108,00	789,00
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100		1,10	0,20	3,80	24,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		2,20	5,80	13,10	116,00
2011	260	ГУЛЯШ	100		15,00	17,20	3,60	229,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		3,80	6,20	25,70	174,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	65		5,00	0,40	32,60	154,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60		4,00	0,50	25,40	122,00
Итого					31,10	30,30	113,90	858,00
Полдник								
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	140		10,00	3,10	41,20	301,00
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20		4,60	5,90	0,00	73,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15		1,00	0,10	6,40	31,00
Итого					16,60	9,30	67,80	491,00
Всего					72,20	68,20	289,70	2 138,00

Повар

А.А.

(Амирова)

