



Утверждаю

Директор школы №14

Полтавцева Г.Л.

МЕНЮ
 " 15 " сентябрь 2024 г.

7-11 лет

5 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 181 | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ | 200 | | 6,00 | 10,00 | 31,00 | 237,00 |
| 2021 | 11 | КОФЕЕННЫЙ НАПИТОК | 200 | | 3,00 | 2,00 | 18,00 | 108,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100 | | 0,00 | 0,00 | 10,00 | 47,00 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | | 3,00 | 0,00 | 18,00 | 83,00 |
| Итого | | | | | 12,00 | 12,00 | 77,00 | 473,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ СВЕЖИЕ | 60 | | 1,00 | 0,00 | 2,00 | 14,00 |
| 2011 | 99 | ОВОЩНОЙ СУП | 250 | | 2,00 | 5,00 | 11,00 | 97,00 |
| 2011 | 269 | БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | | 14,00 | 23,00 | 11,00 | 306,00 |
| 2011 | 203 | ОТВАРНЫЕ МАКАРОНЫ | 150 | | 6,00 | 6,00 | 31,00 | 195,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | | 1,00 | 0,00 | 20,00 | 83,00 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | 3,00 | 0,00 | 20,00 | 95,00 |
| 2008 | | РЖАННОЙ | 20 | | 1,00 | 0,00 | 9,00 | 41,00 |
| Итого | | | | | 28,00 | 34,00 | 84,00 | 831,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ОТВАРНОЕ | 40 | | 5,00 | 5,00 | 0,00 | 61,00 |
| 2022 | 83 | МОЛОКО | 200 | | 6,00 | 5,00 | 9,00 | 105,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100 | | 0,00 | 0,00 | 10,00 | 47,00 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | | 1,00 | 0,00 | 8,00 | 36,00 |
| Итого | | | | | 12,00 | 10,00 | 27,40 | 249,00 |
| Всего | | | | | 52,00 | 57,30 | 54,40 | 498,00 |

Повар З.А. Филаров

Утверждаю

Директор школы №14

МБОУ

СОШ №14

Полтавцева Г.Л.

МЕНЮ

"15" *сентября* 2025 г.

12-18 ЛЕТ

5 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 181 | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ | 235 | | 6,00 | 12,00 | 35,00 | 277,00 |
| 2021 | 11 | КОФЕННЫЙ НАПИТОК | 200 | | 3,00 | 2,00 | 21,00 | 121,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100 | | 0,00 | 0,00 | 9,80 | 47,00 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,00 | 0,00 | 25,10 | 118,00 |
| Итого | | | | | 12,00 | 14,00 | 90,90 | 563,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ СВЕЖИЕ | 100 | | 1,00 | 0,00 | 3,80 | 24,00 |
| 2011 | 99 | ОВОЩНОЙ СУП | 250 | | 2,00 | 5,00 | 10,80 | 97,00 |
| 2011 | 269 | БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 105 | | 15,80 | 24,50 | 12,60 | 333,00 |
| 2011 | 203 | ОТВАРНЫЕ МАКАРОНЫ | 180 | | 6,00 | 7,60 | 41,90 | 262,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | | 1,00 | 0,00 | 19,80 | 83,00 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,00 | 0,00 | 25,10 | 118,00 |
| 2008 | | РЖАННОЙ | 30 | | 2,00 | 0,00 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | | 30,80 | 37,10 | 106,90 | 978,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ОТВАРНОЕ | 40 | | 5,00 | 5,00 | 0,00 | 61,00 |
| 2022 | 83 | МОЛОКО | 200 | | 5,60 | 5,00 | 9,00 | 105,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100 | | 0,00 | 0,00 | 10,00 | 47,00 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | | 1,00 | 0,00 | 6,40 | 31,00 |
| 2008 | | СЫР | 30 | | 7,00 | 9,00 | 0,00 | 109,00 |
| Итого | | | | | 11,60 | 10,00 | 27,40 | 249,00 |
| Всего | | | | | 52,00 | 57,30 | 52,80 | 493,00 |

Повар

(Александр А.Ф.)

