

Утверждаю

Директор школы №44



МЕНЮ

" 27 " сентября 2025 г.

7-11 лет

4 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
	62-22	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО КОРЕЙСКИ	60		1,20	4,20	6,00	68,00
	423-04	БЕФСТРОГАНОВ	50/50		13,10	19,16	6,84	253,05
	516-04	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100		3,60	0,45	21,87	109,30
	534-04	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50		1,23	1,47	4,87	37,83
	109-13	РЖАНОЙ	20		1,32	0,24	7,92	34,16
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,32	0,16	7,92	46,88
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		0,30	0,20	11,10	46,70
Итого					22,07	25,88	66,52	595,92
Обед								
	25-13	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	60		0,66	3,66	2,22	39,00
	109-04	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5		1,53	3,25	5,87	79,39
	451-04	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90		11,56	14,42	13,88	209,80
	520-04	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,18	4,25	19,78	130,66
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,04	0,32	19,68	93,76
	109-13	РЖАНОЙ	30		1,98	0,36	11,88	51,24
	112-13	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150/110		0,88	0,22	8,25	41,80
	689-04	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		5,60	5,10	19,24	145,09
Итого					28,43	31,58	100,80	790,74
Полдник								
	ТТК	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150		3,38	5,83	41,16	238,07
	54-32хн	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		5,40	5,00	24,60	133,00
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,52	0,16	9,84	46,88
Итого					10,30	10,99	75,60	417,95
Всего					60,80	68,45	242,92	1 804,61

Повар

(Вилкова)

Утверждаю



МЕНЮ

" 27 " января 2025 г.

12-18 лет

4 день

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
	68-22	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО КОРЕЙСКИ	100		2,00	7,00	10,00	103,30
	423-04	БЕФСТРОГАНОВ	50/50		13,10	19,16	6,84	253,06
	516-04	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140		5,40	0,68	32,81	161,20
	534-04	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	40		0,98	1,18	3,90	30,26
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,04	0,32	19,68	93,76
	54-32хн	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		0,30	0,20	11,10	46,70
Итого					24,82	28,54	84,33	688,27
Обед								
	25-13	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	80		0,88	4,88	2,96	52,00
	109-04	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/5		1,90	3,86	8,10	97,00
	451-04	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100		12,84	16,02	15,42	233,10
	520-04	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180		3,82	5,10	23,74	156,80
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	55		4,18	0,44	27,06	128,92
	109-13	РЖАНОЙ	36		2,38	0,43	14,26	61,49
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150/110		0,88	0,22	8,25	41,80
	689-04	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		5,60	5,10	19,24	145,09
Итого					32,48	36,05	119,03	916,20
Полдник								
	тпк	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200		4,51	7,80	54,90	312,00
	54-32хн	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		0,00	0,20	11,10	46,70
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,28	0,24	14,76	70,32
Итого					6,79	8,24	80,76	429,02
Всего					64,09	72,83	284,12	2 033,49

Повар Г.А.Ф. (О.И.С.С.)

