

Утверждаю

Директор школы №14

М.П. Л. Поттравцева



МЕНЮ

" 2 " август 2025 г.

7-11 лет

3 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
	52-22	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	60		1,32	4,20	2,22	49,72
	451-04	КОТЛЕТА ОСОБАЯ	90		11,16	14,02	13,00	201,40
	587-04	СОУС ТОМАТНЫЙ	30		0,99	0,72	2,67	21,24
	510-04	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150		3,46	4,47	36,00	133,70
	пром.	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,00	0,20	20,20	92,00
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,52	0,16	9,84	46,88
	109-13	РЖАНОЙ	20		1,32	0,24	7,92	34,16
Итого					20,77	24,01	91,85	579,10
Обед								
	54-3з-22	ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	60		0,70	0,10	2,30	12,80
	139-04	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ БОБОВЫЕ	200		4,09	2,98	14,43	101,13
	54-10м-22	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150		11,56	16,43	9,90	274,55
	494-13	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,10	0,00	15,20	61,00
	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	160/110		1,50	5,50	23,10	103,95
Итого					22,97	25,69	96,49	698,43
Полдник								
	44-13	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ И СВЕКЛЫ	60		0,94	3,11	3,27	61,13
	462-04	ТЕФТЕЛИ	90		9,48	10,31	14,56	205,60
	645-04	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА	200		0,31	0,05	22,47	92,99
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,52	0,16	9,84	46,88
Итого					12,25	13,63	50,14	406,60
Всего					55,99	63,33	238,48	1 684,13

Повар С.А. [подпись] (В.И. [подпись])

Утверждаю

Директор школы №14



МЕНЮ

" 24 " января 2025 г.

12-18 лет

3 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
	52-22	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	100		2,20	7,00	3,70	82,87
	452-80	КОТЛЕТА ОСОБАЯ	100		12,40	14,57	14,50	223,80
	415-13	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180		4,15	5,36	43,20	160,44
	пром.	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,00	0,20	20,20	92,00
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,28	0,24	14,76	70,32
	109-13	РЖАНОЙ	30		1,98	0,36	11,88	51,24
Итого					24,01	27,73	108,24	680,67
Обед								
	54-3з-22	ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	80		0,93	0,13	3,07	17,06
	152-13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ БОБОВЫЕ	250/25		6,50	2,50	14,40	105,80
	54-10м-22	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200		22,10	21,90	13,20	339,40
	495-13	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		4,82	3,63	13,76	106,33
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	55		4,18	0,40	27,06	128,92
	109-13	РЖАНОЙ	36		2,38	0,43	14,26	61,49
	112-13	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	160/110		1,50	5,50	23,10	103,95
Итого					42,41	34,49	108,85	862,95
Полдник								
	44-13	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАНОЕ И СВЕКЛЫ	80		1,50	4,15	4,36	81,51
	454-04	ТЕФТЕЛИ	100		10,30	11,46	16,18	228,40
	645-04	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА	200		0,31	0,05	22,47	92,99
	108-13	ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,28	0,24	14,76	70,32
Итого					14,39	15,90	57,77	473,22
Всего					80,81	78,12	274,86	2 016,84

Повар

(В.И. Широва)

