

Утверждаю



МКОУ "СОШ №14"
Степаненко Л.В./

МЕНЮ
1 июля 2025 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
7-10 лет								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	30,51	5,9	5,6	37,6	224
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	63	12,03	0,7	0,1	2,4	15
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	11,60	2,7	8,6	29,6	205
		ГОРОХОВЫЙ СУП	200	8,23	4,8	2	15,1	98
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	280	52,55	25,3	32,1	23,7	487
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,08	0,2		15	61
2008		ЯБЛОКО	114	10,80	0,5	0,5	11,1	53
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,15	3,8	0,4	43	190
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,24	0,2	0,2	27,1	111
Итого				138,87	46	50,3	215,9	1504
11-17 лет								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	210	36,53	6,8	7,2	43,8	268
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	63	12,16	0,7	0,1	2,4	15
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	17,30	2,7	13,5	29,6	250
		ГОРОХОВЫЙ СУП	200	6,63	4,5	2,3	14,5	97
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	290	58,03	29,5	37	22	539
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/15	2,16	0,2		15,9	64
2008		ЯБЛОКО	114	10,83	0,5	0,5	11,2	54
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,22	3,8	0,4	43,8	194
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,34	0,2	0,2	27,7	114
Итого				154,88	50,8	62	222,2	1655

Защитникова И.М,

Усманова Х.О.