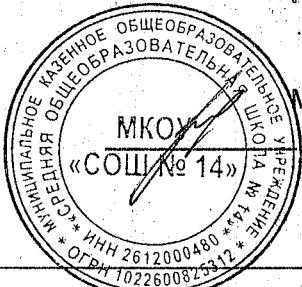


Утверждаю



МКОУ "СОШ №14"
/Степаненко Л.В./

МЕНЮ
10 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								
2013	253	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ВЯЗКАЯ	180	16,67	5,1	7,5	23,3	182
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		0,00				
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	10,55	1,4	8,4	14,9	140
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	10,45	2	4,6	11,7	99
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	52,20	28,6	30,5	46,7	576
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,40	1,6	0,2	19,1	85
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,15	3,8	0,4	43	190
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10	2,08	0,2		15	61
2008		БАНАН		0,00				
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,33				
Итого				108,52	44,6	52,4	185	1393
11-17 лет								
2013	253	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ВЯЗКАЯ	200	18,35	5,7	8,7	25,7	204
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		0,00				
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	10,62	1,5	8,4	15,8	145
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	10,33	2	4,6	11,6	98
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	300	61,39	31,6	37,1	49,8	659
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,00				
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,22	3,8	0,4	43,8	194
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10	2,16	0,2		15,9	64
2008		БАНАН		0,00				
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,33				
Итого				118,09	46,7	60	173,9	1424

Защитникова И.М.,

Усманова Х.О.