

Утверждаю

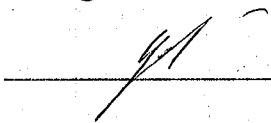
МКОУ "СОШ №14"
/Степаненко Л.В./

МЕНЮ
11 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								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,00	4,9	4,5	0,3	61
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		0,00				
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	52	8,08	1	4,7	4	63
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	13,75	2,1	6,1	14,6	123
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И С МАСЛОМ	40	25,93	1,7	5,7	19,8	137
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	24,22	3,4	6,5	23,5	166
2008	272	КОТЛЕТЫ	80	59,18	11,9	13,3	20,9	251
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,40	1,6	0,7	9,4	50
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,08	0,2		15	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/15	2,08	0,2		15	61
2008		ЯБЛОКО		0,00				
Итого				149,55	32,7	42,7	176,8	1223
11-17 лет								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	190	9,25	7,1	5,8	45,1	260
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,00	4,9	4,5	0,3	61
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		0,00				
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	61	9,34	1,2	5,4	4,7	72
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	11,19	1,7	8	13,7	135
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И С МАСЛОМ	40	25,10	1,8	8,3	19,8	160
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	25,95	3,9	6,2	26,3	177
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	64,39	14,7	17,2	6	238
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,40	1,6	0,7	9,4	50
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/15	2,16	0,2		15,9	64
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/16	2,16	0,2		15,9	64
Итого				163,85	43	57,3	212,2	1535

Защитникова И.М,

Усманова Х.О.