

Утверждаю

МКОУ "СОШ №14"
/Степаненко Л.В./

МЕНЮ
24 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	319	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	48,16	20,4	14	22,1	299
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,43	0,5	0,1	1,5	8
2013	490	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	10,20	2,2	2,6	16,7	98
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	34,94	5,8	7	14,9	146
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	10,55	1,4	8,4	14,9	140
2013	434	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	160	23,88	3,3	6,9	22,5	167
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,08	0,2		15	61
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	34,56	1,3	7,5	5,6	96
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,15	3,8	0,4	43	190
2008		ЯБЛОКО	114	10,80	0,5	0,5	11,1	53
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	9,04				
Итого				195,48	41,3	48,2	178,6	1318
11-17 лет								
2013	319	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	73,85	32,3	20,5	28,4	433
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,40	0,5	0,1	1,5	8
2013	490	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	13,60	2,9	3,4	22,2	131
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	35,27	5,7	7	15	147
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	9,50	0,1	8,3	0,1	75
2013	434	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	26,49	3,6	7,7	24,4	181
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/15	2,16	0,2		15,9	64
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	34,84	1,4	7,8	5,8	100
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,22	3,8	0,4	43,8	194
2008		ЯБЛОКО	114	10,83	0,5	0,5	11,2	54
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	9,04				
Итого				226,88	52,9	56,5	179,6	1447

Защитникова И.М.

Усманова Х.О.