

Утверждаю

МКОУ "СОШ №14"
/Степаненко Л.В./

МЕНЮ
28 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								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	17,66	6,2	7,1	36,1	232
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,43	0,5	0,1	1,5	8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	10,55	5	13	14,9	197
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	12,68	4,3	6,7	20,5	160
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,40	1,6	0,2	19,1	85
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	8,39	6	5,3	38,3	225
2011	234	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	36,95	17,2	7,1	14,6	191
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/15/7	4,86	0,3		15,2	63
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
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,74			19,4	77
Итого				121,29	47,3	41,2	245	1541
11-17 лет								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	17,46	5,1	7,3	27,7	196
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,40	0,5	0,1	1,5	8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	9,50	3,7	12,9	0,1	131
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	12,20	3,8	6,4	20,2	154
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,40	1,6	0,2	19,1	85
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	9,14	6,8	5,7	43,7	253
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2011	234	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	37,44	16,7	7	4,1	145
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/16/7	5,02	0,3		16,1	67
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
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,74			19,4	77
Итого				122,70	46,6	42,1	229,5	1484

Защитникова И.М.

Усманова Х.О.