



Утверждаю

МКОУ "СОШ №14"
/Степаненко Л.В./

МЕНЮ
27 июня 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 ЛОЛ								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,00	4,9	4,5	0,3	61
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	9,25	1,1	5,4	4,6	72
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,43	0,5	0,1	1,5	8
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	15,16	2,1	6	13,9	120
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	13,05	8,9	8,3	57,5	341
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И С МАСЛОМ	40	20,50	2,6	4,4	29,5	168
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	23,35	3,4	5,8	23,4	159
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,40	1,6	0,7	9,4	50
2008	272	КОТЛЕТЫ	80	59,20	11,9	13,3	20,9	251
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,08	0,2		15	61
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		ЯБЛОКО	114	10,80	0,5	0,5	11,1	53
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/15/7	4,86	0,3		15,2	63
Итого				178,91	43,7	50,2	256,6	1657
11-17 лет ЛОЛ								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	9,36	7,3	5,8	46,5	267
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,00	4,9	4,5	0,3	61
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,40	0,5	0,1	1,5	8
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	61	9,34	1,2	5,4	4,7	72
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	15,50	2	8	14	137
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И С МАСЛОМ	40	21,45	2,6	5,2	29,5	174
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	26,04	3,9	6,2	26,3	177
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	64,42	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	200/16/7	5,02	0,3		16,1	67
Итого				173,99	44,9	54,3	225,3	1569



Усманова Х.О.