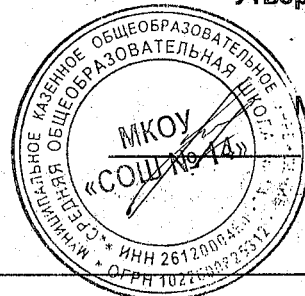


Утверждаю



МКОУ "СОШ №14"
Степаненко Л.В./

МЕНЮ
30 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								
2012	449	ОЛАДЫ	160	20,20	13,6	19,3	84,5	565
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
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	7,89	2,9	6	18,2	139
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	8,65	8,1	6,4	36,6	236
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,33				
2008	312	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	52,67	30,9	38,3	2,6	478
		БАНАН		0,00				
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,15	3,8	0,4	43	190
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,24	0,2	0,2	27,1	111
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
Итого				127,44	64,1	74,1	241,5	1885
11-17 лет								
2012	449	ОЛАДЫ	220	28,13	18,4	27,1	115,8	780
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,40	0,5	0,1	1,5	8
2013	490	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	10,20	2,2	2,6	16,7	98
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	210	11,09	3	5,3	18,9	136
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,78	9,2	7,3	41,7	268
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,33				
2008	312	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	61,24	34,1	44,7	0,7	548
		БАНАН		0,00				
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,22	3,8	0,4	43,8	194
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,34	0,2	0,2	27,7	114
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
Итого				148,41	73,3	88,5	278,1	2206

Защитникова И.М.,

Усманова Х.О.