



М.В.Иванова
2025г.

МЕНЮ

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
		г.	г.	Жиры	Углеводы	г.	
ЗАВТРАК 1-4 классы							
213	Каша гречневая вязкая	200	8,70	7,49	31,41	227,70	
503	Какао с молоком и Витамином С	200	3,90	3,10	25,16	145,00	
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30	
75	Сыр полутвердый (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	71,60	
338	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	Итого :	550,00	19,89	17,78	81,79	569,60	
ОБЕД 1-4 классы							
5	Салат из капусты белокочанной и огурцов	100	1,00	6,00	3,10	70,00	
102	Суп картофельный с бобовыми	250	5,50	5,27	16,53	148,25	
304	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	
207	Котлеты или биточки рыбные	100	12,86	1,57	10,00	105,71	
410	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,60	1,60	60,81	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40	
	Итого :	960,00	32,08	26,09	147,64	966,57	
	Итого : за день	1510,00	51,97	43,87	229,43	1536,17	
ЗАВТРАК 5-11 классы							
213	Каша гречневая вязкая	200	8,70	7,49	31,41	227,70	
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
	Итого :	430,00	15,06	11,27	63,75	416,50	
ОБЕД 5-11 классы							
5	Салат из капусты белокочанной и огурцов	100	1,00	6,00	3,10	70,00	
102	Суп картофельный с бобовыми	250	5,50	5,27	16,53	148,25	
304	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	
207	Котлеты или биточки рыбные	100	12,86	1,57	10,00	105,71	
410	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,60	1,60	60,81	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40	
	Итого :	920,00	29,20	25,67	129,84	1009,77	
	Итого : за день	1350,00	44,26	36,94	193,59	1426,27	

Шеф-повар: *Т.С.Пташиц*