

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 6

Утверждаю

СКОБЕНКО М.Э.

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

20 января 2026 г.

7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	59,81	16,1	10,8	11,9	214
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	8,94	1,4	3,4	5	56
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00			6,2	26
Итого				80,00	21,4	14,5	47,4	411
Дополнительно к завтраку								
2011	385	МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5%	200	25,00	5,6	4,9	9,3	105
Итого				105,00	5,6	4,9	9,3	105
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ { ОГУРЦЫ }	60	12,81	0,5	0,1	1,5	9
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	6,18	6,7	10,7	12,9	179
2011	302.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	14,46	3,5	2,9	36,6	186
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100	27,49	6,5	16,8	6,8	210
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,52	3,7	0,3	24,3	115
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	4,54			18,5	74
Итого				72,00	20,9	30,8	100,6	846
2-я смена								
2011	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	150	19,36	15,9	6,8	33,5	260
2011	279	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ В СОУСЕ	100	49,39	11,1	29	11,9	362
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00			6,2	26
Итого				80,00	30,9	36,1	75,9	763
Дополнительно к питанию								
2011	385	МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5%	200	25,00	5,6	4,9	9,3	105
Итого				105,00	5,6	4,9	9,3	105
Всего				177,00	96,9	95	239,5	2230