

«Согласовано»  
Директор МБОУ СОШ № 6

Утверждаю

СКОБЕНКО.М.Э.

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



## МЕНЮ

22 января 2026 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	20,55	1,5	6,9	6	92
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	47,45	11,5	16,6	34,3	333
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	5,00	3	0,2	19,5	92
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	7,00	0,4	0,1	14,6	67
<b>Итого</b>				<b>80,00</b>	<b>16,4</b>	<b>23,8</b>	<b>74,4</b>	<b>584</b>
<b>Дополнительно к завтраку</b>								
2011	385	МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5%	200	25,00	5,6	4,9	9,3	105
<b>Итого</b>				<b>105,00</b>	<b>5,4</b>	<b>4,9</b>	<b>8,7</b>	<b>110</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	5,78	0,7	0,1	13,5	58
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,00	10,5	15,2	17	247
2012	274	СБОРНАЯ СОЛЯНКА СО СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	49,77	16,1	33,4	30	486
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	5,20	1	0,1	19,6	84
<b>Итого</b>				<b>72,00</b>	<b>32</b>	<b>49,1</b>	<b>104,4</b>	<b>990</b>
<b>2-я смена</b>								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	20,55	1,5	6,9	6	92
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	47,45	11,5	16,6	34,3	333
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	5,00	3	0,2	19,5	92
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	7,00	0,4	0,1	14,6	67
<b>Итого</b>				<b>80,00</b>	<b>16,4</b>	<b>23,8</b>	<b>74,4</b>	<b>584</b>
<b>Дополнительно к питанию</b>								
2011	385	МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5%	200	25,00	5,6	4,9	9,3	105
<b>Итого</b>				<b>105,00</b>	<b>5,4</b>	<b>4,9</b>	<b>8,7</b>	<b>110</b>
<b>Всего</b>				<b>177,00</b>	<b>75,6</b>	<b>106,5</b>	<b>270,6</b>	<b>2378</b>