

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 6

Утверждаю

СКОБЕНКО М.Э.

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

23 января 2026 г.

7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	80	17,20	2,1	4,1	4,5	63
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	51,55	17,6	27,9	3,2	334
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	23,6	32,3	38,2	538
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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	5,67	1,1	3,1	3,9	48
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	5,00	7,1	7,8	19,7	178
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	15,09	3,2	5,1	21,5	145
2011	231	ПОДЖАРКА ИЗ РЫБЫ	90	32,14	13,6	7,7	7,4	153
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	7,85	0,7	0,3	14,3	75
Итого				72,00	29,4	24,3	91,1	714
2-я смена								
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	13,78	10,2	1,5	107,7	485
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	54,97	14,4	14,3	3,6	225
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	28,5	16,1	141,8	851
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	92,7	82,5	289,7	2313