

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 6

Утверждаю

СКОБЕНКО.М.Э

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



## МЕНЮ

28 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	
<b>Завтрак</b>								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	23,81	1,5	6,9	6	92
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	43,94	11,2	11,9	36,3	299
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,3	0,1	8,8	41
<b>Итого</b>				<b>80,00</b>	<b>16,7</b>	<b>19,2</b>	<b>75,4</b>	<b>547</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>5,6</b>	<b>4,9</b>	<b>9,3</b>	<b>105</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	5,20	0,8	0,1	6,3	29
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	5,00	6,3	9,7	10,9	155
2008	266	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	49,01	24,3	31,9	111,9	831
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,54			19,4	77
<b>Итого</b>				<b>72,00</b>	<b>35,1</b>	<b>42</b>	<b>172,8</b>	<b>1207</b>
<b>2-я смена</b>								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	23,81	1,5	6,9	6	92
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	43,94	11,2	11,9	36,3	299
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,3	0,1	8,8	41
<b>Итого</b>				<b>80,00</b>	<b>16,7</b>	<b>19,2</b>	<b>75,4</b>	<b>547</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>5,6</b>	<b>4,9</b>	<b>9,3</b>	<b>105</b>
<b>Всего</b>				<b>177,00</b>	<b>79,8</b>	<b>90,8</b>	<b>342,7</b>	<b>2518</b>