

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 6

Утверждаю

СКОБЕНКО.М.Э.

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

29 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 ЗЕЛЕНЫЙ 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	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ{ ОГУРЦЫ }	60	5,00	0,5	0,1	1	8
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	5,00	6,9	12,9	13,9	200
2011	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	150	15,13	15,8	7,1	33,2	260
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	90	33,51	14,3	21	12,9	298
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ	200	7,11	0,6	0,2	36	151
Итого				72,00	41,8	41,6	121,3	1032
2-я смена								
2011	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	27,15	3,1	13,1	15,6	197
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	41,10	13,5	14,4	3,5	204
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5,50	0,3		6,5	28
Итого				80,00	20,6	27,8	49,9	544
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	97,3	111,5	228,3	2326