

«Согласовано»  
Директор МБОУ СОШ № 6

Утверждаю

СКОБЕНКО.М.Э.

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



## МЕНЮ

13 февраля 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>								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	200	34,07	8,4	11,6	35,7	283
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	16,93	3,4	4,4		53
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	5,00	3	0,2	19,5	92
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		6,4	27
2025	1/20	МЕД ПЧЕЛИНЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	20	21,00	0,2		16,1	66
<b>Итого</b>				<b>82,00</b>	<b>15,3</b>	<b>16,2</b>	<b>77,7</b>	<b>521</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>								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	5,00	0,9	3,8	4,9	57
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	5,00	6,8	9,9	16,4	181
2011	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	22,05	3,1	13,9	15,9	208
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	28,20	14,9	16,1	4	226
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	5,50			27,9	113
<b>Итого</b>				<b>72,00</b>	<b>29,5</b>	<b>44,1</b>	<b>93,4</b>	<b>900</b>
<b>2-я смена</b>								
2011	302.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	14,75	3,5	2,9	36,6	186
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	33,00	10,3	2,1	3,9	75
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,25	4,5	0,4	29,2	138
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		6,4	27
2025	1/20	МЕД ПЧЕЛИНЫЙ, В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	20	21,00	0,2		16,1	66
<b>Итого</b>				<b>80,00</b>	<b>18,8</b>	<b>5,4</b>	<b>92,2</b>	<b>492</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>74,8</b>	<b>75,5</b>	<b>282</b>	<b>2123</b>