



МЕНЮ

11.09.2025

ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД						
20/209/2011	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМУ, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	120/20	149	5,76	6,20	12,06
91/2008	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (ФИЛЕ) И СМЕТАНОЙ	250/10/5	154	5,68	5,90	17,10
151/Т/т/к	ГОВЯДИНА НАТУРАЛЬНАЯ РУБЛЕННАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	280	12,90	13,10	25,60
321/2011	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	188	7,70	13,50	10,10
406/2008	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	151	0,70	0,10	37,00
1/Т/т/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	108	4,80	2,55	20,10
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	144	4,00	2,33	25,99
6/Т/т/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200	105	3,00	1,00	42,00
695/1996	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	212	6,20	10,05	20,05
Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 306-80 руб.		1 315	1 491	50,74	54,73	210,00

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

