

М Е Н Ю (Среда: 1 неделя)

« 21 » Мая 2025г.

МБОУ СОШ № 6

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюд	Выход, г				
	Завтрак	с 12-18лет	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
№ 157 сб. 2021 г.	Овощи консервированные отварные	100	1,2	4,7	7,7	78
№ 295 сб. 2017 г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	15,3	29,4	15,46	388
№ 302 сб. 2017 г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	180/5	10,6	7,51	47,66	300,63
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	ИТОГО:	622	29,51	41,87	100,78	899,13
	Обед					
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	100	2,55	0,1	20,55	91,2
№102 сб. 2017г.	Суп картофельный с бобовыми	250	1,97	2,71	12,11	85,75
№ 315 сб. 2015 г.	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	120/15	10,61	6,81	15,04	164
№ 125 сб. 2017 г.	Картофель отварной	180/5	3,56	6,98	24,65	185
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
№389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8
	ИТОГО:	920	23,19	17,12	112,41	709,95
	ВСЕГО:		52,7	58,99	213,19	1609,08



Директор школы _____

Повар _____

М Е Н Ю (Среда: 1 неделя)

« 21 » Мая 2025г.

МБОУ СОШ № 6

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюд	Выход, г				
	Завтрак	с 7-11 лет (ОВЗ)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
№ 157 сб. 2021 г.	Овощи консервированные отварные (горошек зеленый)	60	1,71	2,17	3,03	38,29
№ 295 сб. 2017 г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	12,52	24,06	12,65	317,46
№ 302 сб. 2017 г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	150/5	8,88	6,3	39,93	251,88
№ 377 сб. 2017 г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62
№ 573 сб. 2021 г.	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,2
	ИТОГО:	542	25,52	32,79	85,57	739,83
	Обед					
№ 75 сб. 2017г.	Икра морковная	60	1,21	0,06	12,33	54,72
№ 102 сб. 2017г.	Суп картофельный с бобовыми	250	1,97	2,71	12,11	85,75
№ 315 сб. 2015 г.	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	120/15	10,61	6,81	15,04	164
№ 125 сб. 2017 г.	Картофель отварной	150/5	2,98	5,85	20,65	155
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
№ 389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8
	ИТОГО:	850	21,27	15,95	100,19	643,47
	ВСЕГО:		46,95	51,53	187,8	1423,45

Директор школы _____

Повар _____



М Е Н Ю (Среда: 1 неделя)

« 21 » Мая 2025г.

МБОУ СОШ № 6

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюд	Выход, г с 12-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
	Завтрак					
№ 157 сб. 2021 г.	Овощи консервированные отварные	100	1,2	4,7	7,7	78
№ 295 сб. 2017 г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	15,3	29,4	15,46	388
№ 302 сб. 2017 г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	180/5	10,6	7,51	47,66	300,63
№ 377 сб. 2017 г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Печенье (1 шт. в индивидуальной упаковке)	30	2,25	4,8	20,7	135
	ИТОГО:	652	31,76	46,67	121,48	1034,13
	Обед					
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	100	2,55	0,1	20,55	91,2
№102 сб. 2017г.	Суп картофельный с бобовыми	250	1,97	2,71	12,11	85,75
№ 315 сб. 2015 г.	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	120/15	10,61	6,81	15,04	164
№ 125 сб. 2017 г.	Картофель отварной	180/5	3,56	6,98	24,65	185
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
№389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8
	ИТОГО:	920	23,19	17,12	112,41	709,95
	ВСЕГО:		54,95	63,79	233,89	1744,08

Директор школы _____

Повар _____

