

МЕНЮ (Пятница: 1 неделя)

« 23 » Мая 2025г.

МБОУ СОШ № 6

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюд	Выход, г				
	Завтрак	с 12-18лет	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
№211 сб. 2017г.	Омлет с сыром	130	15,54	25,5	2,21	301
	Икра кабачковая (промышленного производства)	70	0,84	3,36	5,39	54,6
№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:	430	18,79	29,12	37,56	488,1
	Обед					
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или соленые** (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	10
№103 сб. 2017г.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25
№278 сб. 2017г.	Тефтели 1-й вариант	100/50	11,09	12,29	14,62	214,09
№305 сб. 2017г.	Рис припущенный	180/5	4,49	5,3	45,23	246,61
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115
	ИТОГО:	935	22,67	21,15	122,66	803,15
	ВСЕГО:		41,46	50,27	160,22	1291,25



Директор школы _____

Повар _____

МЕНЮ (Пятница: 1 неделя)

« 23 » Мая 2025г.

МБОУ СОШ №6

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюд	Выход, г				
	Завтрак	с 7-11лет (ОВЗ)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
№211 сб. 2017г.	Омлет с сыром	120	14,34	23,54	2,04	278
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,8
№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
№ 338 сб. 2017 г.	Плоды свежие (яблоко, 1 шт)	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	ИТОГО:	530	17,95	27,1	48,38	513,7
	Обед					
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или соленные** (огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	6
№103 сб. 2017г.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25
№278 сб. 2017г.	Тефтели 1-й вариант	90/30	9,12	10,1	12,06	176,23
№305 сб. 2017г.	Рис припущенный	150/5	3,76	4,44	37,89	206,62
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115
	ИТОГО:	835	19,65	18,06	112,08	721,3
	ВСЕГО:		37,60	45,16	160,46	1235



Директор школы _____

Повар _____

МЕНЮ (Пятница: 1 неделя)

« 23 » Май 2025г.

МБОУ СОШ № 6

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюд	Выход, г с 12-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
	Завтрак					
№211 сб. 2017г.	Омлет с сыром	130	15,54	25,5	2,21	301
	Икра кабачковая (промышленного производства)	70	0,84	3,36	5,39	54,6
№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:	430	18,79	29,12	37,56	488,1
	Обед					
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или соленые** (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	10
№103 сб. 2017г.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25
№278 сб. 2017г.	Тефтели 1-й вариант	100/50	11,09	12,29	14,62	214,09
№305 сб. 2017г.	Рис припущенный	180/5	4,49	5,3	45,23	246,61
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115
	ИТОГО:	935	22,67	21,15	122,66	803,15
	ВСЕГО:		41,94	50,75	171,98	1347,65



Директор школы _____

Повар _____