

Утверждаю

Заместитель директора
МОУ "Образовательный комплекс "Стимул" ЯМО -
Руководитель Центра образования
"Лесноопищинская школа им. К.Д. Ушинского"



/Лозинская Г.В./

МЕНЮ

14 апреля 2026 г.

ШКОЛА ЗАВТРАК

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		*ФРУКТЫ	200	0,57	0,57	19,14	85,72
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	4,80	0,08	60,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,00	0,90	18,00	90,00
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	230	31,80	19,61	43,15	481,77
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	14,11	65,21
Итого				34,67	25,99	94,48	782,70
Всего				34,67	25,99	94,48	782,70

ШКОЛА ОБЕД

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
2008		* ОВОЩИ (ПО СЕЗОНУ)	60	0,48	0,06	1,50	8,39
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,08	8,08	19,92	126,83
2011	280	ФРИКАДЕЛЬКИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	90	6,02	17,00	9,20	214,41
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,00	4,00	43,40	165,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,14	0,14	25,80	105,71
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	125,78
Итого				18,70	29,68	118,90	746,12
Всего				18,70	29,68	118,90	746,12