Утверждаю

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

/Лозинская Г.В./

МЕНЮ

16 октября 2026 г.

ШКОЛА ЗАВТРАК

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		*ФРУКТЫ	200	2,75	0,92	38,43	175,68
2008		ДЕСЕРТ ХИППО (ПРОМ. ПР-ВА)	32	1,00	5,00	13,00	120,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	4,80	0,08	60,00
2008		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	40	2,00	0,90	18,00	90,00
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	250	5,91	6,39	19,56	167,52
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,02	3,84	0,00	47,32
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,00	2,22	15,55	90,66
Итого				**18,76**	**24,07**	**104,62**	**751,18**
Всего				**18,76**	**24,07**	**104,62**	**751,18**

ШКОЛА ОБЕД

Сборник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,85	10,39	23,62	200,97
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	16,28	10,98	14,62	221,41
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	7,19	6,07	21,75	137,54
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,31	0,14	23,71	98,55
2008		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	2,98	0,40	19,08	125,78
Итого				**33,61**	**27,98**	**102,78**	**784,25**
Всего				**33,61**	**27,98**	**102,78**	**784,25**