Утверждаю

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

/Лозинская Г.В./

МЕНЮ

19 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	0,67	0,67	22,34	133,36
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	6,00	6,00	27,00	161,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	55	7,50	5,79	3,48	84,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	4,45	7,63	26,12	201,42
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	14,11	65,21
Итого				**18,84**	**20,20**	**93,05**	**644,99**
Всего				**18,84**	**20,20**	**93,05**	**644,99**

ШКОЛА ОБЕД

Сборник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ	250	5,40	5,89	13,63	129,40
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	40/50	11,29	13,80	3,43	181,28
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,00	4,00	43,40	165,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,20	0,00	14,52	88,05
2008		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	2,98	0,40	19,08	125,78
Итого				**25,87**	**24,09**	**94,06**	**689,51**
Всего				**25,87**	**24,09**	**94,06**	**689,51**