Утверждаю

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

/Лозинская Г.В./

МЕНЮ

21 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	18,33	99,98
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	4,80	0,08	56,00
2008		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	40	2,00	0,90	18,00	90,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ МЯСНАЯ	90	9,20	9,30	13,00	134,75
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	5,67	3,40	28,33	170,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	10,00	38,88
Итого				**17,84**	**19,18**	**87,74**	**589,61**
Всего				**17,84**	**19,18**	**87,74**	**589,61**

ШКОЛА ОБЕД

Сборник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250	4,80	10,75	21,75	165,81
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	90/30	12,92	11,61	5,77	210,54
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,30	50,50	198,36
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				**25,50**	**27,06**	**111,62**	**788,54**
Всего				**25,50**	**27,06**	**111,62**	**788,54**