Утверждаю

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

/Лозинская Г.В./

МЕНЮ

23 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	22,33	116,67
2008		ДЕСЕРТ ХИППО (ПРОМ. ПР-ВА)	32	1,00	5,00	13,00	120,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	0,40	0,40	13,40	60,00
2008		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	40	2,00	0,90	18,00	90,00
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	250	11,12	9,73	36,65	203,12
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,00	2,22	15,56	90,73
Итого				**19,19**	**18,92**	**118,94**	**680,52**
Всего				**19,19**	**18,92**	**118,94**	**680,52**

ШКОЛА ОБЕД

Сборник рецеп-	№ 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	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,16	9,71	7,42	142,21
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	30,81	38,87	1,97	480,48
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				**40,74**	**49,18**	**53,68**	**855,41**
Всего				**40,74**	**49,18**	**53,68**	**855,41**