

Утверждаю

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



/Лозинская Г.В./

## МЕНЮ

26 февраля 2026 г.

### ШКОЛА ЗАВТРАК

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	4,70	0,08	58,80
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,52	0,68	13,68	68,40
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	12,90	14,33	3,12	251,29
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	165	5,55	3,33	27,77	166,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	14,11	65,21
<b>Итого</b>				<b>20,27</b>	<b>23,15</b>	<b>58,76</b>	<b>610,30</b>
<b>Всего</b>				<b>20,27</b>	<b>23,15</b>	<b>58,76</b>	<b>610,30</b>

### ШКОЛА ОБЕД

Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Обед</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	55	1,00	2,45	5,33	45,92
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	8,68	2,69	19,16	122,25
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ МЯСНАЯ	90	10,89	10,79	42,08	264,33
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,01	5,24	29,39	94,18
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,76	0,04	23,59	97,09
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,86	0,38	18,32	120,75
<b>Итого</b>				<b>27,20</b>	<b>21,59</b>	<b>137,87</b>	<b>744,52</b>
<b>Всего</b>				<b>27,20</b>	<b>21,59</b>	<b>137,87</b>	<b>744,52</b>