

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа № 68"



УТВЕРЖДАЮ
Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания
на "14" марта 2025 г.

Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

Неделя: вторая

День: пятый

№ рецептур	Наименование блюда	Масса нетто (г)	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г
ЗАВТРАК							
210 с6.2015	Омлет натуральный с маслом (116/10)	126	35,68	124,00	10,87	10,89	2,03
173 с6.2015	Каша молочная овсяная с маслом (200/15)	215	28,45	318,00	10,31	10,16	37,63
378 с6.2015	Чай с молоком	200	11,97	81,00	1,52	1,35	15,90
428 с6.2015	Булочка школьная	100	4,90	145,00	4,7	1,92	26,91
	Итого за прием	641	81,00	668,00	27,40	24,32	82,47
ОБЕД							
71 с6.2015	Огурец свежий	30	7,65	14,20	0,66	0,12	2,28
82 с6.2015	Борщ из свежей капусты капусты с картофелем и сметаной (250/10)	260	10,52	127,16	6,59	5,84	13,10
290 с6.2015	Птица тушеная в соусе (50\50)	100	35,41	120,00	8,80	7,50	4,30
305 с6.2015	Рис припущенный	150	12,69	220,50	3,20	3,80	37,05
342 с6.2015	Компот из свежих плодов	200	12,00	114,60	0,16	0,16	27,88
428 с6.2015	Булочка школьная	70	2,73	96,67	2,94	1,27	17,94
	Итого за прием	810	81,00	693,13	22,35	18,69	102,55
Бесплатное питание							
290 с6.2015	Птица тушеная в соусе (50\40)	90	32,41	120,00	8,80	7,50	4,30
305 с6.2015	Рис припущенный	150	12,69	220,50	3,20	3,80	37,05
342 с6.2015	Компот из свежих плодов	200	12,00	114,60	0,16	0,16	27,88
428 с6.2015	Булочка школьная	100	4,90	96,67	2,94	1,27	17,94
ТТК	Кондитерское изделие	35	19,00	84,80	0,00	10,10	1,00
	Итого за прием		81,00	636,57	15,10	22,83	88,17

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева