

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Средняя общеобразовательная школа №68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания  
на "13" марта 2025 г.

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

Неделя: вторая

День: четвертый

№ рецептур	Наименование блюда	Масса нетто (г)	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Йогурт	95	28,00	277,00	3,30	0,42	12,16
174 с6.2015	Каша молочная рисовая с маслом (200/10)	210	25,69	261,00	11,29	11,83	39,10
685 с6.2004	Чай с сахаром	200	6,41	60,00	0,07	0,02	15,00
428 с6.2015	Булочка школьная	100	4,90	145,00	4,7	1,92	26,91
389 с6.2015	Яблоки свежие	140	16,00	84,80	0,00	10,10	1,00
	Итого за прием	745	81,00	827,80	19,36	24,29	94,17
<b>ОБЕД</b>							
47 с6.2015	Салат из квашеной капусты	60	6,33	51,42	0,98	3,00	5,07
60 с6.2008	Уха со взбитым яйцом	250	12,67	132,00	6,80	3,60	12,50
75 с6.2008	Котлета " Детская" с соусом (50\40)	90	39,02	134,00	7,19	7,17	9,91
309 с6.2015	Макароны отварные	150	9,85	220,50	3,25	3,52	25,25
388 с6.2015	Напиток из плодов шиповника	200	8,23	88,00	0,68	0,28	30,76
428 с6.2015	Булочка школьная	100	4,9	145,00	4,7	1,92	26,91
	Итого за прием		81,00	770,92	23,60	19,49	110,40
<b>Бесплатное питание</b>							
75 с6.2008	Котлета " Детская" с соусом (50\40)	90	39,02	134,00	7,19	7,17	9,91
309 с6.2015	Макароны отварные	150	9,85	220,50	3,25	3,52	25,25
388 с6.2015	Напиток из плодов шиповника	200	8,23	88,00	0,68	0,28	30,76
428 с6.2015	Булочка школьная	100	4,90	145,00	4,7	1,92	26,91
ТТК	Кондитерское изделие	30	19,00	138,00	0,44	3,78	0,44
	Итого за прием		81,00	725,50	16,26	16,67	93,27

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Средняя общеобразовательная школа 68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания  
на "13" марта 2025 г.

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

Код блюда	Наименование блюда	Масса нетто (г)	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
Комплекс I							
сб.2008	Котлета " Детская" с соусом (50\40)	90	55,56	134,00	7,19	7,17	9,91
сб.2015	Макароны отварные	150	16,76	220,50	3,25	3,52	25,25
сб.2015	Напиток из плодов шиповника	200	14,14	88,00	0,68	0,28	30,76
сб.2015	Булочка школьная	100	8,84	145,00	4,7	1,92	26,91
ГТК	Кондитерское изделие	30	24,70	138,00	0,44	3,78	0,44
	Итого за прием		120,00	725,50	16,26	16,67	93,27

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева