

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа 68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания
на "21" января 2025 г.

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

Неделя: первая

День: второй

№ рецептур	Наименование блюда	Масса нетто (г)	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
ЗАВТРАК							
209 сб.2015	Яйцо вареное	40	12,22	63,00	4,45	4,50	0,30
174 сб.2015	Каша молочная рисовая с маслом (200/10)	210	31,69	261,00	11,29	8,00	39,10
377 сб.2015	Чай с лимоном (200/7)	207	13,19	60,00	0,00	4,20	0,30
428 сб.2015	Булочка школьная	100	4,90	241,67	5,68	2,33	32,61
389 сб.2015	Сок фруктовый	200	19	84,80	0,00	10,10	1,00
	Итого за прием	757	81,00	710,47	21,42	29,13	73,31
ОБЕД							
71 сб.2015	Огурец свежий	30	7,65	14,20	0,66	0,12	2,28
88 сб.2015	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной (250/10)	260	11,35	88,00	2,61	2,90	10,00
496 сб.2004	Котлета из филе птицы с соусом (50/40)	90	40,72	203,00	9,20	9,88	16,20
309 сб.2015	Макаронны отварные	150	7,37	220,50	3,25	3,52	35,25
348 сб.2015	Компот из кураги	200	9,01	126,00	1,20	0,00	31,60
428 сб.2015	Булочка школьная	100	4,90	241,67	5,68	2,33	32,61
	Итого за прием	830	81,00	893,37	22,6	18,75	127,94
Бесплатное питание							
496 сб.2004	Котлета из филе птицы с соусом (50/40)	90	40,72	203,00	9,20	9,88	16,20
309 сб.2015	Макаронны отварные	150	7,37	220,50	3,25	3,52	35,25
348 сб.2015	Компот из кураги	200	9,01	126,00	1,20	0,00	31,60
428 сб.2015	Булочка школьная	100	4,90	241,67	5,68	2,33	32,61
389 сб.2015	Сок фруктовый	200	19	84,80	0,00	10,10	1,00
	Итого за прием	740	81,00	875,97	19,33	25,83	116,66

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа 68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания
на "21" января 2025 г.

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

Неделя:

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса нетто (г)	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Комплекс							
496 сб.2004	Котлета из филе птицы с соусом (50/40)	90	61,25	203,00	9,20	9,88	16,20
309 сб.2015	Макаронны отварные	150	11,79	220,50	3,25	3,52	35,25
348 сб.2015	Компот из кураги	200	14,42	126,00	1,20	0,00	31,60
428 сб.2015	Булочка школьная	100	7,84	241,67	5,68	2,33	32,61
389 сб.2015	Сок фруктовый	200	24,7	84,80	0,00	10,10	1,00
	Итого за прием	740	120,00	875,97	19,33	25,83	0,00

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева