

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа 68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания
на "22" января 2025 г.

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

Неделя: первая

День: третий

№ рецептур	Наименование блюда	Масса нетто (г)	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
ЗАВТРАК							
223 с.б.2015	Запеканка из творога с молоком сгущенным (70\25)	95	42,51	238,25	12,67	10,98	21,32
378 с.б.2015	Чай с молоком	200	13,51	81,00	1,52	1,35	15,90
428 с.б.2015	Булочка школьная	54	3,10	241,67	5,68	2,33	32,61
389 с.б.2015	Груши свежие	125	21,88	51,70	0,4	0,4	10,78
	Итого за прием	474	81,00	612,62	20,27	15,06	80,61
ОБЕД							
45 с.б.2015	Салат из свежей капусты	60	4,9	52,80	0,84	2,06	5,34
82 с.б.2015	Борщ из свежей капусты капусты с картофелем и сметаной (250/10)	260	12,3	127,16	6,59	5,84	13,10
267 с.б.2015	Шницель мясной натуральный рубленый с соусом (50\40)	90	41,33	236,90	7,53	8,14	7,62
305 с.б.2015	Рис припущенный	150	11,35	214,50	3,2	3,55	37,05
342 с.б.2015	Компот из яблок	200	6,22	114,60	0,16	0,16	17,88
428 с.б.2015	Булочка школьная	100	4,90	145,00	4,7	1,92	26,91
	Итого за прием	860	81,00	890,96	23,02	21,67	107,90
Бесплатное питание							
267 с.б.2015	Шницель мясной натуральный рубленый с соусом (50\40)	90	41,33	236,90	7,53	8,14	7,62
305 с.б.2015	Рис припущенный	150	11,35	214,50	3,2	3,55	37,05
342 с.б.2015	Компот из яблок	200	6,22	114,60	0,16	0,16	17,88
428 с.б.2015	Булочка школьная	54	3,10	145,00	4,7	1,92	26,91
ТТК	Кондитерское изделие	38	19,00	51,70	0,40	0,40	10,78
	Итого за прием	519	81,00	762,70	15,99	14,17	100,24

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа 68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания
на "22" 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							
267 сб.2015	Шницель мясной натуральный рубленый с соусом (50\40)	90	62,23	236,90	7,53	8,14	7,62
305 сб.2015	Рис припущенный	150	18,16	214,50	3,2	3,55	37,05
342 сб.2015	Компот из яблок	200	9,95	114,60	0,16	0,16	17,88
428 сб.2015	Булочка школьная	54	4,96	145,00	4,7	1,92	26,91
ТТК	Кондитерское изделие	38	24,70	51,70	0,40	0,40	10,78
	Итого за прием	519	120,00	762,70	15,99	14,17	100,24

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева