

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Средняя общеобразовательная школа 68"

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин



Ежедневное меню основного питания  
на "23" января 2025 г.

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

Неделя: первая

День: четвертый

№ рецептур	Наименование блюда	Масса нетто (г)	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Йогурт	95	26,00	277,00	3,30	0,42	12,16
173 с6.2015	Каша молочная овсяная с маслом (200/15)	215	23,81	218,00	10,31	10,77	37,63
685 с6.2004	Чай с сахаром	200	4,41	60,00	0,07	0,02	15
428 с6.2015	Булочка школьная	100	4,9	145,00	4,7	1,92	26,91
389 с6.2015	Мандарины свежие	125	21,88	51,70	0,4	0,4	10,78
	Итого за прием	735	81,00	751,70	18,78	13,53	102,48
<b>ОБЕД</b>							
ТТК 18	Огурец соленый	60	5,98	7,80	0,72	0,06	1,02
103 с6.2015	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	9,68	132,50	3,28	2,27	13,96
81 с6.2008	Фрикадельки " Петушок" с соусом (60\30)	90	39,21	120,00	9,84	7,50	4,30
312 с6.2015	Картофельное пюре	150	13,00	163,50	3,15	6,75	21,90
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
	Итого за прием	850	81,00	656,80	22,37	18,78	98,85
<b>Бесплатное питание</b>							
81 с6.2008	Фрикадельки " Петушок" с соусом (60\20)	80	35,56	120,00	9,84	7,50	4,30
312 с6.2015	Картофельное пюре	150	13,00	163,50	3,15	6,75	21,90
388 с6.2015	Напиток из плодов шиповника	200	8,23	88,00	0,68	0,28	30,76
428 с6.2015	Булочка школьная	82	4,21	145,00	4,7	1,92	26,91
ТТК	Кондитерское изделие	36	20,00	138,00	0,44	3,78	0,44
	Итого за прием		81,00	654,50	18,81	20,23	84,31

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Средняя общеобразовательная школа 68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания  
на "23" 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
<b>Комплекс</b>							
81 сб.2008	Фрикадельки " Петушок" с соусом (60\20)	80	53,32	120,00	9,84	7,50	4,30
312 сб.2015	Картофельное пюре	150	20,80	163,50	3,15	6,75	21,90
388 сб.2015	Напиток из плодов шиповника	200	13,14	88,00	0,68	0,28	30,76
428 сб.2015	Булочка школьная	82	6,74	145,00	4,7	1,92	26,91
ТТК	Кондитерское изделие	36	26,00	138,00	0,44	3,78	0,44
	Итого за прием		120,00	654,50	18,81	20,23	84,31

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева