

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа №68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания
на "31" января 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	Углеводы, г
ЗАВТРАК							
210 сб.2015	Омлет натуральный с маслом (116/10)	126	35,68	124,00	10,87	10,89	2,03
173 сб.2015	Каша молочная овсяная с маслом (200/15)	215	28,45	318,00	10,31	10,16	37,63
378 сб.2015	Чай с молоком	200	11,97	81,00	1,52	1,35	15,90
428 сб.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 сб.2015	Огурец свежий	30	7,65	14,20	0,66	0,12	2,28
82 сб.2015	Борщ из свежей капусты капусты с картофелем и сметаной (250/10)	260	13,52	127,16	6,59	5,84	13,10
290 сб.2015	Птица тушеная в соусе (50\50)	100	35,41	120,00	8,80	7,50	4,30
305 сб.2015	Рис припущенный	150	11,69	220,50	3,20	3,80	37,05
342 сб.2015	Компот из свежих плодов	200	10,00	114,60	0,16	0,16	27,88
428 сб.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 сб.2015	Птица тушеная в соусе (50\50)	100	35,41	120,00	8,80	7,50	4,30
305 сб.2015	Рис припущенный	150	11,69	220,50	3,20	3,80	37,05
342 сб.2015	Компот из свежих плодов	200	10,00	114,60	0,16	0,16	27,88
428 сб.2015	Булочка школьная	100	4,90	96,67	2,94	1,27	17,94
ТТК	Кондитерское изделие	35	19,00	51,70	0,40	0,40	10,78
	Итого за прием		81,00	603,47	15,50	13,13	97,95

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева

Р.Ф. Разеева

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа 68"



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.А. Шляпкин

Ежедневное меню основного питания
на "31" 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							
290 сб.2015	Птица тушеная в соусе (50\50)	100	52,76	120,00	8,80	7,50	4,30
305 сб.2015	Рис припущенный	150	19,70	220,50	3,20	3,80	37,05
342 сб.2015	Компот из свежих плодов	200	15,00	114,60	0,16	0,16	27,88
428 сб.2015	Булочка школьная	100	7,84	96,67	2,94	1,27	17,94
ТТК	Кондитерское изделие	35	24,70	51,70	0,40	0,40	10,78
	Итого за прием		120,00	603,47	15,50	13,13	97,95

Заведующая столовой

Р.Ф. Разеева