



Меню школьника
Столовой общеобразовательной школы
20 Июня 2025 г
Пятница (5 день)

№ рец.	Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Выход 12-18 лет	Энергетическая ценность							
				Белки		Жиры		Углеводы		Калор-ть, в ккал	
				7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	45237	4
ЗАВТРАК											
112****	Плоды свежие (яблоки)	150	150	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,5	
201**	Тефтели из говядины паровые	90	95	15,41	16,27	17,51	18,49	10,47	11,06	261,38	27
415****	Рис припущенный	150	170	3,53	4	6,08	6,85	32,4	36,72	198,15	22
294**	Чай с лимоном	200	200	0,07	0,07	0,01	0,01	15,31	15,31	61,62	6
108****	Хлеб пшеничный	40	60	4,56	4,56	0,48	0,48	29,52	29,52	141	
	ИТОГО	630	675	24,17	25,5	24,68	26,43	102,4	107,31	732,65	7
ОБЕД											
11м11д	Салат «Степной»	60	100	1,09	1,82	4,66	7,78	8,1	13,5	78,46	13
128****	Борщ с капустой и картофелем	200	300	1,45	2,17	4	6	8,52	12,77	76	
405****	Курица в соусе с томатом	100	120	11,33	13,6	11,22	13,46	3,41	4,09	160	
510*	Каша вязкая(гречневая)	150	200	4,5	6	6,75	9	22,35	29,8	171	
512****	Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	200	200	0,3	0,3	0	0	20,11	20,11	81	
108****	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	
110****	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,6	17	72,4	
	ИТОГО	790	1030	24,35	31,75	27,43	37,32	95,77	126,79	732,86	97
	ВСЕГО	1420	1705	48,52	57,25	52,11	63,75	198,17	234,1	1465,51	175

Зав.производством: Засухина Т.В. _____

Калькулятор: Честных О.В. _____

ЗАСУХИНА Т.В.

ЧЕСТНЫХ О.В.