



Меню школьника
Столовой общеобразовательной школы
21 Июня 2025 г
Суббота (6 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											
366**	Сыр порциями	20	12	4,62	2,78	5,9	3,54	0	0	72,8	42
115**	Каша ячневая молочная вязкая	205	230	7,23	8,11	6,67	7,48	39,54	44,36	246,87	270
Ттк №1.26	Фруто-чай	200	200	0,55	0,55	0,25	0,25	40,74	40,74	163,64	16
589****	Пряники	110	110	6,49	6,49	5,17	5,17	82,5	82,5	402,6	40
108****	Хлеб пшеничный	28	20	2,12	1,52	0,22	0,16	13,77	9,84	65,8	
	ИТОГО	563	572	21,01	19,45	18,21	16,6	176,55	177,44	951,71	933
ОБЕД											
4**	Салат из белокочанной капусты с морков	100	100	0,82	0,82	5,05	5,05	6	6	70,1	7
Ттк №1.4	Суп-лапша по-Оренбургски	200	300	4,59	6,89	6	9	10,15	15,22	112,97	169
Ттк №1.03м	Гуляш	100	100	9,15	9,15	23,8	23,8	3,94	3,94	266,56	260
429****	Картофельное пюре	180	200	3,78	4,2	7,92	8,8	19,62	21,8	165,6	
278**	Компот из апельсинов с яблоком	200	200	1,36	1,36	0	0	29,02	29,02	116,19	116
108****	Хлеб пшеничный	30	50	2,28	3,8	0,24	0,4	14,76	24,6	70,5	11
110****	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	60	60	3,96	3,96	0,72	0,73	20,4	20,4	108,6	10
	Итого:	870	1010	25,94	30,18	43,73	47,78	103,89	120,98	910,52	1032
	ВСЕГО:	1433	1582	46,95	49,63	61,94	64,38	280,44	298,42	1862,23	1966

Зав.производством: Засухина Т.В. Засухина Т.В.

Калькулятор: Честных О.В. Честных О.В.

ЗАСУХИНА Т.В.

ЧЕСТНЫХ О.В.