



Меню школьника
Столовой общеобразовательной школы
2 июня 2025 г
Понедельник (1 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	7-11	12-18
ЗАВТРАК											
112****	Плоды свежие (яблоки)	150	180	0,6	0,72	0,6	0,72	14,7	17,64	70,5	84,6
10*	Бутерброд горячий с сыром	40	40	5,86	5,86	8,91	8,91	10,89	10,89	149,79	149,79
266****	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жи	200	250	7,15	8,94	9,4	11,75	28,8	36	228,4	285,5
495****	Чай с молоком	200	200	1,5	1,5	1,3	1,3	15,9	15,9	81	81
108****	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	3,8	0,4	0,4	24,6	24,6	117,5	117,5
	ИТОГО	640	720	18,91	20,82	20,61	23,08	94,89	105,03	647,19	718,39
ОБЕД											
73****	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	100	3,1	3,1	6,9	6,9	21,9	21,9	162	162
146****	Суп картофельный с клецками	250	250	4,54	4,54	3,72	3,72	13,88	13,88	99,12	99,12
Ттк № 1.60	Плов	200	220	14,4	15,84	19	20,9	45,4	49,94	418	459,8
280**	Компот из плодов или ягод сушеных(изюм)	200	200	0,33	0,33	0	0	22,66	22,66	91,98	91,98
108****	Хлеб пшеничный	20	50	1,52	3,8	0,16	0,4	9,84	24,6	47	117,5
110****	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	35	1,98	2,31	0,36	0,42	10,2	11,9	54,3	63,35
	ИТОГО	800	855	25,87	29,92	30,14	32,34	123,88	144,88	872,4	993,75
	ВСЕГО	1440	1575	44,78	50,74	50,75	55,42	218,77	249,91	1519,59	1712,14

Зав.производством: Засухина Т.В.

Калькулятор: Честных О.В.

ЗАСУХИНА Т.В.

ЧЕСТНЫХ О.В.