



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной школы  
10 Июня 2025 г  
Вторник (8 день)

| № рец.         | Наименование блюд                          | Выход<br>7-11 лет | Выход<br>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          |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                            |                   |                    |                         |             |              |              |               |               |                   |                |
| 365**          | Масло сливочное (порциями)                 | 15                | 20                 | 0,15                    | 0,2         | 10,8         | 14,4         | 0,15          | 0,2           | 99                | 132            |
| Ттк №1.39      | Запеканка из творога                       | 200               | 200                | 24,92                   | 24,92       | 15,77        | 15,77        | 40,53         | 40,53         | 402,93            | 402,93         |
| 589****        | Пряники                                    | 55                | 100                | 3,24                    | 5,89        | 2,58         | 4,69         | 41,25         | 75            | 201,3             | 366            |
| 300**          | Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) | 200               | 200                | 0,12                    | 0,12        | 0            | 0            | 12,04         | 12,04         | 48,68             | 48,68          |
| 108****        | Хлеб пшеничный                             | 30                | 30                 | 2,27                    | 2,27        | 0,25         | 0,25         | 14,75         | 14,75         | 70,5              | 70,5           |
|                | <b>ИТОГО</b>                               | <b>500</b>        | <b>550</b>         | <b>30,7</b>             | <b>33,4</b> | <b>29,4</b>  | <b>35,11</b> | <b>108,72</b> | <b>142,52</b> | <b>822,41</b>     | <b>1020,11</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |                                            |                   |                    |                         |             |              |              |               |               |                   |                |
| 76****         | Винегрет овощной                           | 80                | 100                | 1,03                    | 1,29        | 8,64         | 5,08         | 5,44          | 6,8           | 104               | 130            |
| 142****        | Щи из свежей капусты с картофелем          | 250               | 250                | 1,75                    | 1,75        | 4,98         | 10,08        | 7,78          | 7,78          | 83                | 83             |
| Ттк1.9         | Плов                                       | 200               | 230                | 14,4                    | 16,56       | 19           | 21,85        | 45,4          | 52,21         | 418               | 480,7          |
| 508****        | Компот из смеси сухофруктов                | 200               | 200                | 0,5                     | 0,5         | 0            | 0            | 27            | 27            | 110               | 110            |
| 108****        | Хлеб пшеничный                             | 30                | 50                 | 2,28                    | 3,8         | 0,24         | 0,16         | 14,76         | 24,6          | 70,5              | 117,5          |
| 110****        | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)            | 34                | 50                 | 2,24                    | 3,3         | 0,4          | 0,6          | 11,56         | 17            | 61,54             | 90,5           |
|                | <b>Итого:</b>                              | <b>794</b>        | <b>880</b>         | <b>22,2</b>             | <b>27,2</b> | <b>33,26</b> | <b>37,77</b> | <b>111,94</b> | <b>135,39</b> | <b>847,04</b>     | <b>1011,7</b>  |
|                | <b>ВСЕГО:</b>                              | <b>1294</b>       | <b>1430</b>        | <b>52,9</b>             | <b>60,6</b> | <b>62,66</b> | <b>72,88</b> | <b>220,66</b> | <b>277,91</b> | <b>1669,45</b>    | <b>2031,81</b> |

Зав.производством: Засухина Т.В. \_\_\_\_\_

Калькулятор: Честных О.В. \_\_\_\_\_

ЗАСУХИНА Т.В.

ЧЕСТНЫХ О.В.