



Утверждаю

ИП Карпачев В.Б. _____

МЕНЮ

ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Школа _____

Дата 07.10.25

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	горячее блюдо	237	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ МИНТАЯ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5 %	100/8	30,97	211,79	11,38	12,75	12,84
		143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	8	174,93	6,64	9,98	18,03
		349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	120,54	0,37	0,00	29,78
		ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
		ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	858	70	894,97	24,10	24,43	115,73
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	7,95	19,6	1,00	0,20	3,50
	1 блюдо	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	9,65	114,69	2,13	5,23	14,93
	2 блюдо	274,331	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	100/50	50,09	305,97	16,06	20,57	15,77
	Гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	5,21	161,88	3,99	4,78	25,88
	Напитки	388	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	9,1	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1160	98	1079,27	28,81	32,68	137,13
Полдник	Гастроном	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (ПОРЦИЯМИ)	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Блюда из творога	188	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	37,94	545,79	20,21	18,96	74,23
	Напитки	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	5,5	59,9	0,29	0,10	14,69
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
			Итого за прием пищи:	632	63	996,18	24,95	28,38	128,72
			Всего за день:	2650		2970,42	77,86	85,49	381,58

Экономист по Ценам
Зав. производством

Мяггородская Л.А.

Карпачев В.Б.