

«СОГЛАСОВАНО»
 Директор МБОУ г. Керчи РК
 «Школа №15 имени Героя Советского Союза
 Е.М.Рудневой»
 Спинчевская Г.А.



«УТВЕРЖДАЮ»
 Генеральный директор
 ООО «ЛАДИЯ»
 Нечаева Л.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 3 " 09 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 78,05 руб					
71	Овощи свежие порционно (помидоры)	60	0,66	0,12	1,14	13,20
283	Пудинг из печени	80	14,88	12,24	6,00	209,60
303	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,00	20,52	145,00
377	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	13,57	55,36
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	530	25,19	18,91	71,05	556,13
	Обед 129,53 руб					
29	Салат из сырых овощей	60	0,66	3,62	2,27	44,33
108	Суп картофельный с клецками	200	2,85	5,57	15,03	135,48
268	Биточек из говядины с маслом	90/5	14,82	18,88	12,83	283,20
143	Рагу из овощей	150	2,60	11,04	12,80	173,50
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	885	28,87	41,47	112,99	942,95
	Всего за день	1415	54,06	60,38	184,04	1499,08

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
71	Овощи свежие порционно (помидоры)	100	1,10	0,20	1,90	22,00
283	Пудинг из печени	100	18,60	15,30	7,50	262,60
303	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,65	174,78
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	650	30,98	23,16	84,63	670,20
	Обед 151,10 руб					
29	Салат из сырых овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,90
108	Суп картофельный с клецками	250	3,56	6,96	18,79	169,35
268	Биточек из говядины с маслом	110/10	17,42	24,07	14,53	347,60
143	Рагу из овощей	180	3,12	13,25	15,36	196,20
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	1070	36,31	53,54	142,98	1176,40
	Всего за день	1720	67,29	76,70	227,61	1846,60

Зав.произв

Приятного аппетита