

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

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 10 " сентября 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 78,05 руб					
49	Салат витаминный (2 вариант кукуруза конс)	60	1,56	3,73	21,09	92,92
211	Омлет с сыром	180	21,49	26,27	3,06	416,62
376	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,61	50,42
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	25	1,75	0,25	13,90	41,13
	Итого	585	28,81	32,00	79,16	748,16
	Обед 129,53 руб					
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	2,80	5,63	4,31	79,12
102	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,22	118,60
294	Котлета куриная	90	20,55	13,51	27,30	202,12
143	Рагу из овощей	155	2,64	14,67	12,87	196,50
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,09	102,61
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	765	37,06	40,13	122,85	873,39
	Всего за день	1350	65,87	72,13	202,01	1621,55

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 10 " сентября 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
49	Салат витаминный (2 вариант кукуруза конс)	100	2,60	6,22	35,14	154,80
211	Омлет с сыром	200	23,88	29,19	3,40	462,87
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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	670	32,60	37,46	98,72	874,09
	Обед 151,10 руб					
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,67	9,38	7,18	131,86
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148,25
294	Котлета куриная	100	22,83	15,01	30,33	224,56
143	Рагу из овощей	180	3,07	17,04	14,95	228,19
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,00
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	950	45,94	49,68	157,39	1104,21
	Всего за день	1620	78,54	87,14	256,11	1978,30

Зав.произв

Приятного аппетита