

«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 " 23 " сентябрь 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 78,05 руб					
71	Овощи свежие порционно (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7,20
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	175	15,24	13,49	15,05	242,67
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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	500	21,96	15,13	68,99	476,07
	Обед 129,53 руб					
21	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,03	1,55	35,45
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
279/331	Тефтеля из говядины (2 вариант) с соусом	90/30	10,75	11,19	12,40	192,97
303	Каша вязкая пшенная	150	4,18	5,00	23,94	157,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
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	810	24,08	25,20	118,71	775,86
	Всего за день	1310	46,04	40,33	187,70	1251,93

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 23 " сентябрь 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
71	Овощи свежие порционно (огурцы)	100	0,70	0,10	1,90	12,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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	595	26,94	19,07	76,83	558,42
	Обед 151,10 руб					
21	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,85	5,05	2,58	59,10
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
279/331	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	100/30	11,85	12,15	13,39	209,96
303	Каша вязкая пшенная	180	5,03	6,01	28,76	189,19
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
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	980	29,91	31,04	148,19	952,60
	Всего за день	1575	56,85	50,11	225,02	1511,02

Зав.произв

Приятного аппетита