

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

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на "24" 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 "24" 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