

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

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 25 " сентября 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 78,05 руб					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
232/330	Рыба, запеченная в сметанном соусе	90/30	10,00	9,49	31,51	295,18
303	Каша вязкая рисовая	150	2,56	4,17	26,57	154,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
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	590	21,22	17,96	104,99	693,35
	Обед 129,53 руб					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,24
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
268/331	Котлета из говядины с соусом	90/30	14,54	13,89	13,48	251,38
303	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,00	20,52	145,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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	910	29,12	27,36	129,34	872,86
	Всего за день	1500	50,34	45,32	234,33	1566,21

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 25 " сентября 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
232/330	Рыба, запеченная в сметанном соусе	110/30	12,22	11,60	38,51	360,77
303	Каша вязкая рисовая	180	3,08	5,01	31,92	185,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
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	690	25,01	21,07	123,66	813,19
	Обед 151,10 руб					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,47	60,40
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,98
268/331	Котлета из говядины с соусом	100/30	16,28	16,78	15,18	280,03
303	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,65	174,78
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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	1080	35,88	34,44	160,61	1060,54
	Всего за день	1770	60,90	55,51	284,27	1873,73

Зав.произв

Приятного аппетита