

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

«СОГЛАСОВАНО»  
 Генеральный директор  
 ООО "НЕКТАР"

«УТВЕРЖДАЮ»  
 ИП ОРЛОВ  
 по доверенности  
 №10-2025-К от 22.12.25г  
 Кравченко Т.Н.

Белан А.С.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 29 " 01 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 85,55 руб</b>					
70	Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,00
279/331	Тефтеля из говядины (2 вариант) с соусом	90/30	10,75	11,19	12,40	192,97
303	Каша вязкая пшеничная	150	4,00	4,25	24,58	152,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>21,58</b>	<b>19,04</b>	<b>74,42</b>	<b>534,91</b>
	<b>Обед 129,53 руб</b>					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,99	2,47	9,76	43,73
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
290/331	Птица, тушенная в соусе	100	11,65	11,66	3,51	166,00
309	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,52	26,45	168,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>27,35</b>	<b>25,00</b>	<b>117,10</b>	<b>760,37</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1460</b>	<b>48,93</b>	<b>44,04</b>	<b>191,52</b>	<b>1295,28</b>

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 29 " 01 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 108,48 руб</b>					
70	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	10,00
279/451	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом	110/30	15,66	17,50	20,50	302,00
303	Каша вязкая пшеничная	180	4,81	5,10	29,50	183,06
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
	<b>Итого</b>	<b>670</b>	<b>29,39</b>	<b>26,91</b>	<b>97,47</b>	<b>729,03</b>
	<b>Обед 151,10 руб</b>					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	14,59	72,90
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
290/330	Птица, тушенная в соусе	125	16,60	13,55	3,63	202,50
309	Макаронные изделия отварные	180	6,63	5,42	31,77	202,34
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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
	<b>Итого</b>	<b>1075</b>	<b>37,57</b>	<b>31,29</b>	<b>149,65</b>	<b>962,09</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1745</b>	<b>66,96</b>	<b>58,20</b>	<b>247,11</b>	<b>1691,12</b>

Зав.произв

Приятного аппетита

1н четв  
 янв - фев