



УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы:  /М. М. Быкова/

МЕНЮ

на « 19 » января 2026

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	645	17,7	14,22	96,24	585,5	107,7
3-2004	Бутерброд с сыром	35	5,3	3,7	7,2	83,3	17,82
311-2004	Каша рисовая жидккая	200	6,4	7,2	27	198	31,78
458-2006	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0	21,6	88,8	35,64
690-2004	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	16,63
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	3,96
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	Обед	825	22,7	28,22	121,24	832,1	138,4
4-2013	Салат из капусты белокочанной с морковью	80	1,3	4,1	7,7	72,7	10,2
34-2004	Свекольник со сметаной	250/5	2,5	4,9	16,2	118,9	28,96
4/8 2011	Гречка по купечески с мясом	250	15,3	18,4	37,7	378	68,41
518-2013	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138,0	25,0
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	3,96
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	Итого за день		40,4	42,44	272,48	1417,6	