


 УТВЕРЖДАЮ:
 Директор школы :  /М. М. Быкова/

МЕНЮ

на « 20 » марта 2026 года

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	завтрак	665	21	20,92	74,34	572	107,7
372	Наггетсы из курицы запеченные	100	12,6	14,2	5,2	199	30,67
520/2004	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	30,32
686/2004	Чай «цитрусовый заряд»с лимоном и апельсином	200/20/10	0,2	0	15,5	62,8	3,4
	Йогурт молочный полужирный в инд.уп.	125	1,8	1,5	4,5	38,7	37,47
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	3,97
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	Обед	770	23,9	26,92	86,74	697,2	138,4
106	Овощи натуральные	60	0,7	0,1	0,1	14,3	4,95
154-1996	Суп харчо с мясом	250/10	7,4	5,5	22	167,1	45,0
365-2013	Мясо тушеное с капустой	200	12,5	20,5	18,4	308,1	69,8
585-1996	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	12,81
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	3,97
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	Итого за день		44,62	47,8	188,12	1366,78	