ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

Директор /Крошка О.С./

16 ноября 2026 г.

\

Меню для обучающихся (7-11лет)

Сборник рецептур	*№ технол. карты*	*Наименование блюд*	Выход	*Белки,г*	*Жиры,г*	*Углеводы,г*	*Энерг.цен.*
		Завтрак					
2008	189	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	205	7,50	9,20	32,50	244,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2008	3	Бутерброд с сыром	50	6,40	12,40	10,50	187,00
2022	2	Яблоко свежее	180	0,70	0,60	17,80	79,20
		итого:	*635*	*16,20*	*23,30*	*69,50*	*561,10*
		Обед					
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	60	0,80	0,10	2,90	15,40
2012	84	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	4,50	2,40	12,50	122,40
2012	282	Котлета мясная рублен. Соус	90/50	16,60	18,50	16,30	170,70
2008	331	Макароны отварные	150	5,50	4,80	31,30	191,00
2022	8	Компот из смеси сухофруктов	200	-	-	6,80	27,10
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
2022	106	Батон обогащ.	30	2,30	0,90	15,40	78,60
		итого:	*850*	*32,90*	*27,20*	*106,50*	*707,20*
		Ужин					
2008	319	Кнели из птицы	90	20	10,10	5,70	194,00
2008	333	Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	148,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,01	6,70	27,90
2020	122	Печенье витаминизированное	30	2,30	2,90	16,70	93,80
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,30	0,20	8,50	40,80
		итого:	*497*	*26,8*	*17,9*	*61,1*	*504,5*
		ИТОГО	2002	***75,90***	***68,41***	***237,10***	***1 772,80***

ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

16 ноября 2026 г.

Директор /Крошка О.С./

Меню для обучающихся (12-18лет)

Сборник рецептур	*№ технол.карты*	*Наименование блюд*	Выход	*Белки,г*	*Жиры,г*	*Углеводы,г*	*Энерг.цен.*
		Завтрак					
2008	189	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	155	5,60	6,90	24,40	183,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2008	5	Бутерброд с ветчиной	50	7,00	10,50	10,00	165,70
2022	21	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,00
		итого:	*605*	*15,00*	*19,30*	*62,70*	*487,60*
		Обед					
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	100	1,30	0,16	4,80	25,70
2012	84	Суп картофельный с фрикадельками	270	5,60	3,00	15,60	153,00
2012	282	Котлета мясная рубленная	100	17,80	17,80	14,50	148,50
2008	335	Картофельное пюре	180	3,70	6,50	24,40	169,00
2022	8	Компот из смеси сухофруктов	200	-	-	6,80	27,10
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
2020	122	Печенье витаминизированное	40	2,3	2,90	22,30	125,10
2022	1	Батон обогащ.	30	2,30	0,90	15,40	78,60
		итого:	*970*	*36,20*	*31,76*	*125,10*	*829,00*
		Ужин					
УСП		Св.огурец. Св. помидор	100	0,80	0,10	2,20	13,00
2008	307/371	Птица отварная. Соус	140	18,6	14,20	3,60	234,00
2008	337	Овощи припущенные	150	1,9	4,30	10,60	85,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,01	6,70	27,90
2022	1	Батон обогащ.	30	2,30	0,90	15,40	78,60
		итого:	*627*	*23,90*	*19,51*	*38,50*	*438,50*
		ИТОГО		***75,10***	***70,57***	***226,30***	***1 755,10***