ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

Директор /Крошка О.С./

17 ноября 2026 г.

Меню для обучающихся (7-11лет)

Сборник рецептур	*№ технол. карты*	*Наименование блюд*	Выход	*Белки,г*	*Жиры,г*	*Углеводы,г*	*Энерг.цен.*
		Завтрак					
2012	45	Пудинг из творога(запечённый)	150	17,50	11,60	27,40	279,00
2020	54-8	Какао со сгущённым молоком	200	3,50	3,40	22,30	133,40
2012	392	Стол "А"-Чай с сахаром	200	-	-	6,60	26,50
2008	1	Бутерброд с маслом	30	1,30	10,00	9,00	132,00
2022	6	Мандарин свежий	150	1,20	0,30	11,20	57,00
		итого:	*530*	*23,50*	*25,30*	*73,10*	*617,90*
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
2012	82	Суп картофельный с вермишелью, мясом и зеленью	211	4,20	5,20	6,60	118,00
2012	278	Бефстроганов из отварного мяса	100	15,30	14,30	3,00	208,00
2008	324	Каша гречневая вязкая	150	2,20	4,40	25,50	150,00
2008	442	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		итого:	*771*	*26,30*	*30,70*	*77,60*	*725,80*
		Ужин					
2020	54-11	Салат из моркови и яблок	100	1,00	10,20	4,50	123,60
2008	444	Оладьи с вареньем	170	9,90	8,30	55,80	334,40
2020	99	Компот из заморож.ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
2022	3	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
		итого:	*595*	*14,9*	*21,8*	*79,1*	*582,5*
		ИТОГО	1896	***64,70***	***67,80***	***225,30***	***1 926,20***

ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

17 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					
2012	45	Пудинг из творога(запечённый)	150	17,50	11,60	27,40	279,00
2020	54-8	Какао со сгущённым молоком	200	3,50	3,40	22,30	133,40
2012	392	Стол "А"-Чай с сахаром	200	-	-	6,60	26,50
2014	1	Бутерброд с маслом	40	1,60	13,40	12,00	176,00
2022	6	Свежий мандарин	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		итого:	*570*	*24,00*	*28,90*	*79,00*	*676,60*
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	100	0,70	10,10	2,30	103,00
2012	82	Суп картофельный с вермишелью ,мясом и зеленью	261	5,25	6,40	8,25	147,00
2012	278	Бефстроганов из отварного мяса	100	15,30	14,30	3,00	208,00
2008	324	Каша гречневая вязкая	180	2,60	5,30	30,60	180,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	19,80	86,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		итого:	*891*	*27,85*	*36,80*	*85,25*	*826,00*
		Ужин					
2020	54-11	Салат из моркови и яблок	100	1,00	10,20	4,50	123,60
2008	444	Оладьи с вареньем	200	13,60	12,60	85,30	509,00
2020	99	Компот из заморож.ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
2022	3	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
		итого:	*625*	*18,6*	*26,1*	*108,6*	*757,1*
		ИТОГО		***70,45***	***91,80***	***272,85***	***2 259,70***