ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

Директор Крошка Крошка О.С.

18 ноября 2026 г.

Меню для обучающихся (7-11лет)

Сборник рецептур	*№ технол.карты*	*Наименование блюд*	Выход	*Белки,г*	*Жиры,г*	*Углеводы,г*	*Энерг.цен.*
		Завтрак					
2022	к/к	Кукурузные хлопья с молоком	200	6,90	4,00	31,00	183,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2008	12	Горячий бутерброд с варёной колбасой и сыром	60	6,60	7,20	14,30	148,00
2020	96	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		итого:	*660,00*	*16,60*	*12,20*	*93,90*	*549,50*
		Обед					
2008	23	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,50	6,00	1,70	63,60
2012	57	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной	220	6,50	9,40	10,10	151,00
2008	315	Биточки рубленые из птицы	90	15,7	8,50	11,00	184,00
2008	364	Соус томатный	50	0,6	2,50	3,20	37,00
2008	331	Вермишель отварная	150	5,50	4,80	31,30	191,00
2022	44	Компот из кураги	200	0,40	0,10	28,00	113,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	2,6	0,40	17,00	81,60
		итого:	*810*	*31,80*	*31,70*	*102,30*	*821,20*
		Ужин					
2020	54-11	Плов из отварного мяса	200	15,30	14,70	38,60	348,30
2008	442	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	2,60	0,40	17,00	81,60
		итого:	*440*	*18,9*	*15,3*	*75,4*	*515,9*
		ИТОГО		**67,30**	**59,20**	**271,60**	**1 886,60**

ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

Директор Крошка О.С.

18 ноября 2026 г.

Меню для обучающихся (12-18лет)

Сборник рецептур	*№ технол.карты*	*Наименование блюд*	Выход	*Белки,г*	*Жиры,г*	*Углеводы,г*	*Энерг.цен.*
		Завтрак					
2022	к/к	Кукурузные хлопья с молоком	200	6,90	4,00	31,00	183,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2008	12	Горячий бутерброд с варёной колбасой и сыром	60	6,60	7,20	14,30	148,00
2020	040	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		итого:	*660,00*	*16,60*	*12,20*	*93,90*	*549,50*
		Обед					
2008	23	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,90	10,10	2,90	106,00
2012	57	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной	270	7,48	11,30	13,55	185,70
2008	315	Биточки из птицы	100	17,4	10,80	11,00	204,00
2008	364	Соус томатный	50	0,6	2,50	3,20	37,00
2008	331	Макароны отварные	180	6,60	5,70	38,00	230,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	29,80	86,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		итого:	*950,00*	*36,98*	*41,10*	*119,75*	*950,70*
		Ужин					
2020	54-11	Плов из отварного мяса	200	15,30	14,70	38,60	348,30
2022	44	Компот из кураги	200	0,40	0,10	28,00	113,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		итого:	*450,00*	*18,90*	*15,30*	*87,90*	*563,30*
		ИТОГО		**72,48**	**68,60**	**301,55**	**2 063,50**