ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

21 октября 2026 г.

Директор /Крошка О.С./

Меню для обучающихся (7-11лет)

Сборник рецептур	*№ технол.карты*	*Наименование блюд*	*Выход*	*Белки,г*	*Жиры,г*	*Углеводы,г*	*Энерг.цен.*
		Завтрак					
2008	210	Макароны с сыром	150	7,10	13,90	27,10	281,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2020	114	Бутерброд с яйцом варёным	50	6,30	4,10	14,50	117,50
2020	96	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		итого:	***600***	***16,50***	***19,00***	***90,20***	***617,00***
		Обед					
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	60	0,65	0,08	2,40	12,80
323	65	Свекольник с птицей и сметаной	200/20/10	8,00	10,50	14,50	171,60
2012	54-5м	Котлеты из птицы .Соус	90/50	17,40	15,70	14,40	191,50
2008	325	Рис отварной	150	3,70	6,30	32,80	203,00
2020	25	Компот из изюма	200	0,4	0,10	18,00	72,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,2	0,50	21,30	102,00
		итого:	***830***	***33,35***	***33,18***	***103,40***	***752,90***
		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
2008	442	Сок фруктовый	200	1	0,20	19,80	86,00
2022	3	упаковке	125	3,5	3,10	5,60	70,60
		итого:	***595***	***15,4***	***21,8***	***85,7***	***614,6***
		ИТОГО		***65,25***	***73,98***	***279,30***	***1 984,50***

ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

21 октября 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	210	Макароны с сыром	200	9,40	21,20	36,10	375,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2020	4	Бутерброд с яйцом варёным	60	6,90	4,90	17,40	141,10
2020	96	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		итого:	***660***	***19,40***	***27,10***	***102,10***	***734,60***
		Обед					
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	100	1,30	0,16	4,80	25,60
2008	65	Свекольник с птицей и сметаной	280	9,10	10,58	17,65	209,80
2012	54-5м/364	Котлеты из птицы	100	18,60	14,20	12,50	171,10
2008	364	Соус томатный	50	0,60	2,50	3,20	37,00
2008	324	Каша вязкая (рис)	180	2,60	5,30	30,60	180,00
2020	25	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18	72
2022	21	обогащ.	50	3,2	0,50	21,30	102,00
		итого:	***960***	***35,8***	***33,3***	***108,1***	***797,5***
		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
2008	442	Сок фруктовый	200	1	0,20	19,80	86,00
2022	3	упаковке	125	3,5	3,10	5,60	70,60
		итого:	***625***	***19,1***	***26,1***	***115,2***	***789,2***
		ИТОГО		***84,50***	***95,40***	***344,45***	***2 298,60***