ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

Директор /Крошка О.С./

23 октября 2026 г.

Меню для обучающихся (7-11лет)

Сборник рецептур	*№ технол.карты*	*Наименование блюд*	*Выход*	*Белки,г*	*Жиры,г*	*Углеводы,г*	*Энерг.цен.*
		Завтрак					
2012	237	Запеканка из творога со сгущ.молоком	170	24,80	17,10	44,30	350,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,01	6,70	27,90
2008	1	Бутерброд с маслом	30	1,30	10,00	9,00	132,00
2022	6	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,50	68,40
		итого:	***587***	***27,80***	***27,51***	***73,50***	***578,30***
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
2022	48	Бульон с птицей и гренками	200/15/20	8,00	1,60	16,40	112,70
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным с овощами	100	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,00
2022	8	Компот из смеси сухофруктов	200	-	0,10	6,80	27,10
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	2,6	0,40	17,00	81,60
2022	1	Батон обогащ.	30	2,3	0,9	15,4	78,6
		итого:	***815***	***25,10***	***20,90***	***95,50***	***749,80***
		Ужин					
2022	10н	"Школьный бургер"	120	15,30	15,00	29,50	314,00
2008	342	Морковь, тушённая в сметанном соусе	150	1,95	4,50	12,10	97,90
2012	392	Чай с сахаром	200	0,1	0,00	6,60	26,50
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,3	0,20	8,50	40,80
		итого:	***490***	***18,7***	***19,7***	***56,7***	***479,2***
		ИТОГО		***71,55***	***68,11***	***225,70***	***1 807,30***

ГАОУ СОШ № 577

Утверждаю

Директор /Крошка О.С./

23 октября 2026 г.

Меню для обучающихся (12-18лет)

Сборник рецептур	*№ технол.карты*	*Наименование блюд*	*Выход*	*Белки,г*	*Жиры,г*	*Углеводы,г*	*Энерг.цен.*
		Завтрак					
2012	237	Запеканка из творога со сгущ.молоком	170	24,80	17,10	44,30	350,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	-	6,70	27,90
2008	1	Бутерброд с маслом	40	1,60	13,40	12,00	176,00
2022	6	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,50	68,40
		итого:	***597,00***	***28,10***	***30,90***	***76,50***	***622,30***
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	100	0,70	10,10	2,30	103,00
2022	48	Бульон с птицей и гренками	285	9,66	1,93	19,80	136,00
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным с овощами	100	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,30	5,50	45,20	247,00
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	1	Батон обогащ.	30	2,3	0,9	15,4	78,6
		итого:	***945***	***28,4***	***26,1***	***111,6***	***875,7***
		Ужин					
2022	10н	"Школьный бургер"	120	15,30	15,00	29,50	314,00
2008	342	Морковь, тушённая в сметанном соусе	150	1,95	4,50	12,10	97,90
2012	392	Чай с сахаром	200	0,1	0,00	6,60	26,50
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		итого:	***520***	***20,6***	***20,0***	***69,5***	***540,4***
		ИТОГО		***77,10***	***77,04***	***257,60***	***2 038,40***