

Согласовано

Директор МБОУ

«Лазаревская средняя школа №26»

Л.Н. Крылова  
2024г



Утверждаю

Директор ООО «Компания ПродЭКО»

Н.В. Гартман



## МЕНЮ

Для учащихся с 1 по 11 классы

«28» ноября 2024г.

| Номер рецептуры или технологической карты | Наименование блюда             | Ед из м | Масса порции (г) | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, Ккал |
|---|--------------------------------|---------|------------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   |                                |         |                  | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                               |
|   | <b>Завтрак</b>                 |         |                  |                  |              |              |                               |
| 366                                       | Птица отварная                 | г       | 100              | 16,200           | 12,000       | 0,300        | 174,000                       |
| 256                                       | Макароны отварные              | г       | 150              | 5,55             | 4,95         | 29,55        | 184,500                       |
| 465                                       | Кофейный напиток с молоком     | г       | 200              | 2,800            | 2,500        | 13,600       | 88,000                        |
| 111                                       | Батон нарезной                 | г       | 20               | 1,500            | 0,580        | 10,280       | 52,400                        |
| 82  | Фрукт                          | г       | 100              | 0,400            | 0,400        | 9,800        | 44,000                        |
|   | <b>Итого завтрак:</b>          |         | <b>570</b>       | <b>25,45</b>     | <b>20,43</b> | <b>63,53</b> | <b>542,5</b>                  |
|   | <b>Обед</b>                    |         |                  |                  |              |              |                               |
| 47  | Винегрет с растительным маслом | г       | 100              | 1,3              | 6,2          | 6,5          | 87                            |
| 114                                       | Суп гороховый с мясом птицы    | г       | 240/10           | 4,4              | 5,0          | 10,5         | 104,8                         |
| 350                                       | Тефтели с рисом «ежики»        | г       | 100              | 9,4              | 8,1          | 9,9          | 150                           |
| 202                                       | Каша гречневая рассыпчатая     | г       | 180              | 6,8              | 6,9          | 11,8         | 208,3                         |
| 496                                       | Напиток из шиповника           | г       | 200              | 0,70             | 0,30         | 18,30        | 78,00                         |
|   | Хлеб ржано-пшеничный           | г       | 30               | 2,0              | 0,4          | 10,2         | 54,3                          |
|   | Батон йодированный             | г       | 20               | 1,5              | 0,6          | 10,3         | 52,4                          |
|   | <b>Итого обед:</b>             |         | <b>880</b>       | <b>26,1</b>      | <b>27,5</b>  | <b>77,5</b>  | <b>734,8</b>                  |
|   | <b>Полдник</b>                 |         |                  |                  |              |              |                               |
| 542                                       | Выпечка                        | г       | 80               | 5,6              | 8,9          | 37,1         | 252,0                         |
| 459                                       | Чай с лимоном                  | г       | 200              | 0,300            | 0,100        | 9,500        | 40,000                        |
|   | <b>Итого полдник:</b>          |         | <b>280</b>       | <b>5,9</b>       | <b>9,0</b>   | <b>46,6</b>  | <b>292,0</b>                  |
|   | <b>Итого за день:</b>          |         | <b>1730</b>      | <b>59,0</b>      | <b>56,7</b>  | <b>185,9</b> | <b>1574,9</b>                 |

Бухгалтер

О.В.Сидорова

Зав. Производством

И.А.Исаева