

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"Труханова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 16.06.2026

ГБОУ СОШ №1 "ОЦ" п.г.т. Стройкерамика

для обучающихся 7-11 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Биточки мясные в томатном соусе	100		181,39	7,22	13,57	7,60	268,5
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200/5		293,56	11,17	5,92	48,90	171,24
Кофейный напиток с молоком	200		78,71	1,89	1,34	14,78	379
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Итого за завтрак	555		678,54	24,18	22,33	96,38	
обед							
Салат из свежих огурцов с редисом, яйцом и растительным маслом	60		64,80	1,41	5,85	1,58	31,02
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью	250/5/1		122,80	2,29	5,62	15,61	96
Жаркое по-домашнему из цыплят	299		313,03	16,87	12,52	33,22	259
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Хлеб ржаной	50		94,41	3,00	0,50	21,98	942
Итого за обед	916		784,79	27,97	26,29	112,37	
Итого за день:		187	1 463,33	52,15	48,62	208,75	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир