

Утверждаю:

Директор
МБОУ «Тигильская СОШ»

Возж.



МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

7-11 лет

№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая
Завтрак							
219	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	155	105,80	12	24	9	292
430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	12,60	0,2	0,1	15	60
1	БУТЕРБРОД	60	14,84	3	9	20	170
Б/Н	ФРУКТЫ	100	51,00	0	0	11	58
	Итого	515		15	20	64	502
Обед							
40	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	70	25,46	2	5	8	88
124	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	95,24	6	7	18	156
256	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	90,50	14,76	3,7	16,36	158,9
323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	38,00	4	5	38	206
402	КОМПОТ СУХОФРУКТОВ	200	5,00	0	0	16	62
Б/Н	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	17,81	4	0	26	117
	Итого	760		30,76	20,7	122,36	787,9
Полдник							
	ПЕЧЕНЬЕ	30	27	2,3	2,9	22,3	125
	СВЕЖИЙ ФРУКТ	200	89	1,7	0,4	15,7	83
430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	12,50	0,2	0,1	15	60
	Итого			4,2	3,4	53	268

Медицинская сестра *В.В.* /Таштамышева В.В.

Утверждаю:

Директор
МБОУ «Тигильская СОШ»

Возл. Сыдыкова З.А.



МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

12-18 лет

№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая
Завтрак							
219	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	180	122,86	13,94	27,87	10,45	339,10
430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	42,00	10,00	30,00	66,67	566,67
1	БУТЕРБРОД	65	4,82	0,00	0,00	4,88	19,50
Б/Н	ФРУКТЫ	100	51,00	6,00	0,00	8,00	58,00
	Итого	515		29,94	57,87	89,99	983,26
Обед							
40	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	85	30,92	1,94	6,19	9,96	106,37
124	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	119,05	7,50	8,75	22,50	195,00
256	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	90,50	15,00	4,00	16,00	159,00
323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	38,00	4,00	5,00	38,00	206,00
402	КОМПОТ СУХОФРУКТОВ	200	20,00	16,00	0,00	104,00	468,00
Б/Н	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,90	0,00	0,00	4,40	17,05
	Итого			44,44	23,94	194,86	1151,42
Полдник							
	ПЕЧЕНЬЕ	40	36,0	3	3,9	29,8	167
	СВЕЖИЙ ФРУКТ	250	111,3	2,2	0,5	19,7	104
430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	13,5	0,2	0,1	16,1	65
	Итого			5,4	4,5	65,6	336

Медицинская сестра *Возл.* /Таштамышева В.В.