

Утверждаю

Директор ООО «Компания ПродЭКО»

Н.В.Гартман



**МЕНЮ**  
**Для учащихся с 1 по 11 классы**  
**«19» марта 2025г.**

Номер рецептуры или технологической карты	Наименование блюда	Ед из м	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>							
157	Кукуруза консервированная	г	60	1,7	2,1	21	40
268	Омлет натуральный	г	150	13,00 0	20,00 0	3,200	246,000
462	Какао с молоком	г	200	3,300	2,900	13,800	94,000
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>530</b>	<b>20,3</b>	<b>25,8</b>	<b>55,8</b>	<b>470,4</b>
47	Винегрет с растительным маслом	г	100	1,3	6,2	6,5	87
104/366	Щи из свежей капусты с мясом птицы	г	240/10	3,8	6,0	5,5	91,8
299	Рыба тушеная в томате с овощами	г	130	12,4	2,1	6,7	95,6
152	Картофель отварной	г	150	2,9	7,7	15,9	144,3
486	Компот из св.яблок с витамином С	г	200	0,1	0,1	11,1	46,0
	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>24,0</b>	<b>23,1</b>	<b>66,2</b>	<b>571,4</b>
<b>Полдник</b>							
542	Выпечка	г	80	5,6	8,9	37,1	252,0
457	Чай с сахаром	г	200	0,20	0,00	6,40	26,80
<b>Итого полдник:</b>			<b>280</b>	<b>5,8</b>	<b>8,9</b>	<b>43,5</b>	<b>278,8</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1690</b>	<b>50,1</b>	<b>57,8</b>	<b>165,5</b>	<b>1320,6</b>

Бухгалтер

О.В.Сидорова

Зав. Производством

И.А.Исаева