

Утверждаю
Директор ООО «Компания ПродЭКО»



Н.В. Гартман

МЕНЮ

Для учащихся с 1 по 11 классы

«21» мая 2025г.

Номер рецептуры или технологической карты	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
217	Каша рисовая вязкая	г	180	5,200	5,700	32,400	208,430
462	Какао с молоком	г	200	3,300	2,900	13,800	94,000
111	Батон йодированный	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
79	Масло сливочное	г	10	0,080	7,200	0,130	73,180
82	Фрукт	г	100	0,400	0,400	9,800	44,000
	Итого завтрак:		510	10,5	16,7	66,9	475,0
	Обед						
149	Огурцы соленые, порционны	г	80	0,6	0,1	1,4	8,8
95/366	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы	г	240/10	4,0	5,9	6,0	92,5
341	Котлета "Пермская"	г	100	14,2	8,4	9,5	171,0
256	Макаронные изделия отварные	г	180	6,7	0,5	35,5	228,4
486	Компот из св.яблок с витамином С	г	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	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
	Итого обед:		880	29,1	16,0	84,0	653,4
	ПОЛДНИК						
496	Напиток из шиповника	г	200	0,70	0,30	18,30	78,00
542	Выпечка	г	80	5,6	8,9	37,1	252,0
	Итого за полдник		280	6,3	9,2	55,4	330,0
	Итого за день:		1670	45,9	41,9	206,3	1458,4