



УТВЕРЖДАЮ

ПЛАТОВА

ИП Платова

Платова Р.А./



СОГЛАСОВАНО

МБОУ

Директор школы

«Школа № 12

Советского района

Н.А. Белякова

МЕНЮ

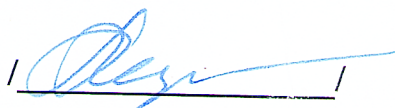
«11» 09 2025 г

9 день

7-11 лет

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическ ая ценнос ть, ккал
				Белки , г	Жиры , г	Углев оды, г	
ЗАВТРАК							
	2008	Икра кабачковая консервированная	60	1,1	5,3	4,6	71,4
279	2011	Тефтели мясные 2 вариант	60	8,7	13,7	11,3	209,4
364	2008	Соус томатный	30	0,5	2,9	2,2	36,6
309	2011	Макаронные изделия отварные	150	5,3	4,8	34,0	201,0
379	2011	Кофейный напиток с молоком	200	3,3	2,4	26,6	142,2
		Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	15,1	71,0
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2
				23,1	29,7	106,5	792,9
Обед							
45	2011	Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,5	4,5	44,2
82	2011	Борщ с капустой и картофелем	250	2,1	5,7	13,1	115,9
229	2011	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	9,1	4,9	4,8	100,3
312	2011	Пюре картофельное	150	3,2	5,3	21,4	146,3
349	2011	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
		Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	25,1	118,4
2008		Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого				21,5	19,1	105,1	684,1
Итого				44,8	48,8	211,8	1477,6

Повар

/  /



ИП Платова

Платова Р.А./



МЕНЮ

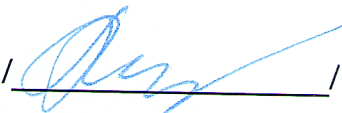
«11» 08 2025 г

9 день

12 лет и старше

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическ ая ценнос ть, ккал
				Белки , г	Жиры , г	Углев оды, г	
ЗАВТРАК							
	2008	Икра кабачковая консервированная	60	1,1	5,3	4,6	71,4
279	2011	Тефтели мясные 2 вариант	60	8,7	13,7	11,3	209,4
364	2008	Соус томатный	30	0,5	2,9	2,2	36,6
309	2011	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,8	34,2	210,7
379	2011	Кофейный напиток с молоком	200	3,3	2,4	26,6	142,2
		Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	15,1	71,0
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2
				23,3	29,7	106,2	791,7
Обед							
45	2011	Салат из белокочанной капусты	60	0,9	3,0	5,3	53,0
82	2011	Борщ с капустой и картофелем	250	2,1	5,7	13,1	115,9
229	2011	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	9,1	4,9	4,8	100,3
312	2011	Пюре картофельное	150	3,2	5,3	21,4	146,3
349	2011	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
		Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	25,1	118,4
2008		Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого				21,7	19,6	106,0	692,5
Итого				44,9	49,3	212,2	1484,2

Повар

/  /

УТВЕРЖДАЮ



ИП Платова

/Платова Р.А./

СОГЛАСОВАНО

МБОУ
Директор школы

«Школа № 12»

Советского Союза

Н.А. Белякова

МЕНЮ

«12» 09 2025 г

10 день

7-11 лет

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическ ая ценнос ть, ккал
				Белки , г	Жиры , г	Углев оды, г	
ЗАВТРАК							
		Горошек зеленый	50	1,5	0,1	3,2	19,4
291	2011	Плов из птицы	200	20,6	26,6	35,7	465,2
15	2011	Сыр (порция)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
349	2011	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
		Хлеб пшеничный	40	2,9	0,2	20,1	94,7
2008		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2
				29,4	30,2	91,0	754,3
Обед							
52	2011	Салат из свеклы отварной	50	0,7	3,0	4,1	46,7
103	2011	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,9	20,2	118,0
267,1	2011	Фрикадельки из птицы	60	7,1	6,6	5,5	109,9
330	2011	Соус сметанный	30	0,4	1,1	1,8	22,4
181	2008	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,6	5,4	3,8	228,5
388	2011	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	28,7	132,5
		Хлеб пшеничный	40	2,90	0,2	20,1	94,7
2008		Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого				23,8	20,0	135,8	834,3
Итого				53,2	50,2	226,8	1588,6

Повар

/  /

УТВЕРЖДАЮ



ИП Платова

/Платова Р.А./

СОГЛАСОВАНО



Директор школы

«Школа № 12

г. Керчь РК

Советского Союза

Н.А. Белякова»

МЕНЮ

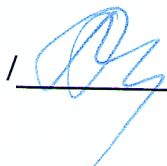
«12» 09 2025 г

10 день

12 лет и старше

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическ ая ценнос ть, ккал
				Белки , г	Жиры , г	Углев оды, г	
ЗАВТРАК							
		Горошек зеленый	60	1,8	0,1	3,8	23,3
291	2011	Плов из птицы	200	20,6	26,6	35,7	465,2
15	2011	Сыр (порция)	15	3,5	4,4	0,0	54,6
349	2011	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
		Хлеб пшеничный	40	2,9	0,2	20,1	94,7
2008		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2
				30,8	31,7	91,7	776,4
Обед							
52	2011	Салат из свеклы отварной	60	0,8	3,7	5,0	56,1
103	2011	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,9	20,2	118,0
267,1	2011	Фрикадельки из птицы	60	7,1	6,6	5,5	109,9
330	2011	Соус сметанный	30	0,4	1,1	1,8	22,4
181	2008	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,6	5,4	3,8	228,5
388	2011	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	28,7	132,5
		Хлеб пшеничный	40	2,90	0,2	20,1	94,7
2008		Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого				24,0	20,6	136,6	843,7
Итого				54,8	52,3	228,3	1620,1

Повар

/  /