

УТВЕРЖДАЮ



ИП Платова

Платова Р.А./

СОГЛАСОВАНО



Директор школы

г. Керчь РК

«Школа» № 12

им. Героя Советского Союза

Советского Союза
Н.А. Белякова

МЕНЮ

«16» 09 2025 г

2 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							
52	2011	Салат из свеклы отварной	60	0,7	3,0	4,1	46,7
314	2008	Котлеты рубленые из птицы	60	11,2	8,5	10,2	162,0
364	2008	Соус томатный	30	0,5	2,9	2,2	36,6
202,1	2011	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,7	35,9	172,1
377	2011	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	16,2	64,9
		Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого				20,2	15,5	81,3	543,5
Обед							
71	2011	Овощи натуральные по сезону (огурцы или помидоры)	50	0,6	0,1	1,9	12,0
103	2011	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,9	20,2	118,0
257	2012	Котлеты рыбные паровые	60	6,9	2,7	4,4	71,6
364	2008	Соус томатный	30	0,5	2,9	2,2	36,6
324	2008	Каша рисовая вязкая	150	2,2	4,4	25,5	150,2
349	2011	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
		Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	30,1	142,1
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого				20,0	13,7	120,6	689,5
Итого				40,2	29,3	201,9	1233,0

Повар

1. Григорьев

УТВЕРЖДАЮ



ИП Платова

/Платова Р.А./



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

МЕНЮ

«16» 09 2025 г

2 день

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК							
52	2011	Салат из свеклы отварной	60	0,8	3,7	5,0	56,1
314	2008	Котлеты рубленные из птицы	60	11,2	8,5	10,2	162,0
364	2008	Соус томатный	30	0,5	2,9	2,2	36,6
202,1	2011	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,7	35,9	172,1
377	2011	Чай с лимоном	200	0,2	0,0	14,6	60,4
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого				21,0	16,18	84,8	568,8
Обед							
71	2011	Овощи натуральные по сезону (огурцы или помидоры)	50	0,6	0,1	1,9	12,0
103	2011	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,9	20,2	118,0
257	2012	Котлеты рыбные паровые	60	6,9	2,7	4,4	72,1
364	2008	Соус томатный	30	0,5	2,9	2,2	36,6
324	2008	Каша рисовая вязкая	150	2,2	4,4	25,5	150,2
349	2011	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
		Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	30,1	142,1
		Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого				20,0	13,8	120,6	690,0
Итого				41,0	29,9	205,4	1258,7

Повар

Ромашова