



Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
/О.И. Лебедева/

МЕНЮ
14 ЯНВАРЯ 2026

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
7-11 лет								
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	135	50,17	13,30	17,40	2,60	221,00
2008	229	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ	30	13,04	0,90	0,10	1,90	12,00
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	8,22	1,60	1,20	17,30	90,00
2008	т/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	6,00	2,50	0,60	24,00	112,00
2008	т/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	2,96	2,20	0,30	18,00	84,00
2008	т/к	ФРУКТ	200	70,33	0,60	0,80	20,20	90,40
Итого				150,72	21,10	20,40	84,00	609,40
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	13,48	0,50	0,10	1,50	8,40
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ	215	30,73	5,50	6,00	7,30	105,00
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	30,58	7,60	9,30	12,40	163,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	7,31	0,30	2,20	2,20	30,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	16,76	2,90	5,20	31,50	185,00
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ)	180	8,45	0,40	0,10	24,60	101,00
2008	т/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,36	1,40	0,31	20,52	92,00
Итого				110,67	18,60	23,21	100,02	684,40
Итого				261,39	39,70	43,61	184,02	1 293,80

Фельдшер _____ А.М. Басова

шеф-повар _____ А.А. Толмачева

Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
/О.И. Лебедева/

МЕНЮ

14 ЯНВАРЯ 2026

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
12-18 лет								
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	61,80	14,30	21,80	2,80	265,00
2008	231	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ	50	21,76	1,50	0,10	3,20	19,00
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	8,20	1,60	1,20	17,30	87,00
2008	т/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	60	7,20	3,00	0,70	29,00	133,00
2008	т/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	60	4,44	3,40	0,50	27,60	126,00
2008	т/к	ФРУКТ	200	70,32	0,60	0,80	20,20	90,40
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	80	19,89	0,60	0,10	2,00	11,20
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ	250	31,01	5,70	7,10	8,20	119,50
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ С ОВОЩАМИ	120	36,92	8,00	11,50	14,60	194,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	20,99	3,50	6,30	37,80	222,00
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ)	200	9,76	0,50	0,10	27,30	112,00
2008	т/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	72	5,04	2,10	0,50	29,50	131,00
Итого				297,33	44,80	50,70	219,50	1 510,10

Фельдшер _____ А.М. Басова

шеф-повар _____ А.А. Толмачева