

Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
/О.И. Лебедева/

МЕНЮ

28 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	50,29	13,30	18,30	2,50	226,00
2008	229	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ	30	13,04	0,90	0,10	1,90	12,00
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	8,23	1,60	1,20	17,30	87,00
2008	т/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	6,67	2,50	0,60	24,00	113,00
2008	т/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,28	3,00	0,30	19,70	94,00
2008	т/к	ФРУКТ	200	69,53	1,80	0,40	18,20	84,00
Итого				151,04	23,10	20,90	83,60	616,00
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	30,46	5,90	7,40	7,20	119,00
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	29,40	8,30	9,20	13,00	167,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	7,22	0,30	2,50	2,20	31,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	17,36	2,90	5,70	41,50	235,00
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ)	180	7,02	0,40	0,10	26,20	105,00
2008	т/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,69	2,90	0,30	19,90	110,00
Итого				108,63	21,20	25,30	111,50	775,40
Итого				259,67	44,30	46,20	195,10	1 391,40

Фельдшер

А.М. Басова

И.о.шеф-повара

Е.Н.Карафиза

Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
/О.И. Лебедева/

МЕНЮ

28 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	46,50	14,40	23,40	2,80	275,00
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	8,22	1,60	1,20	17,30	87,00
2008	т/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	60	8,00	3,00	0,70	29,00	135,00
2008	т/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	59	4,85	4,50	0,50	27,60	139,00
2008	т/к	ФРУКТ	200	69,53	1,80	0,40	20,20	84,00
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	80	17,97	0,60	0,10	2,00	11,20
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ	250	30,77	5,70	7,10	8,20	119,30
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ С ОВОЩАМИ	120	37,16	8,70	11,80	14,60	201,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	21,04	3,50	6,30	37,80	222,00
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ)	200	9,32	0,50	0,10	27,30	112,00
2008	т/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	75	5,85	2,10	0,50	29,50	131,00
Итого				280,97	47,90	52,20	219,50	1 535,50

Фельдшер А.М. Басова

И.о.шеф-повара Е.Н. Карафиз