



Утверждаю

И.о. директора  
КГКОУ Школа 4  
/О.В. Куликова/

## МЕНЮ

12 марта 2026 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>7-11 лет</b>								
<b>Завтрак</b>								
3.2008 4.2013	153/475	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, С СОУСОМ ШОКОЛАДНЫМ	160	83,16	18,20	14,20	43,00	381,00
1.2022	262	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	217	3,41	0,10	0,00	15,20	62,00
Т/К	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	6,70	2,50	0,60	24,00	113,00
4.2021	82	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	58,54	1,30	0,30	14,00	64,00
<b>Итого</b>				<b>151,81</b>	<b>22,10</b>	<b>15,10</b>	<b>96,20</b>	<b>620,00</b>
<b>Обед</b>								
2.2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	14,90	0,60	0,10	2,30	14,40
4.2008	43	СВЕКОЛЬНИК	200	15,33	1,90	4,10	13,10	98,00
2.2005	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	90	35,88	14,50	9,00	9,30	179,30
1.2022	207	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	11,53	2,50	4,20	30,60	170,20
2.2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	10,69	0,00	0,00	21,60	86,40
Т/К	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,74	2,50	0,30	20,50	97,00
Т/К	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,28	3,00	0,30	19,70	94,00
Т/К	4	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	12,00	0,00	0,00	16,60	67,00
<b>Итого</b>				<b>107,35</b>	<b>25,00</b>	<b>18,00</b>	<b>133,70</b>	<b>806,30</b>
<b>Итого</b>				<b>259,16</b>	<b>47,10</b>	<b>33,10</b>	<b>229,90</b>	<b>1 426,30</b>

мед сестра \_\_\_\_\_ И.В. Воликова

шеф-повар \_\_\_\_\_ А.А. Толмачева



Утверждаю

И.о. директора  
КГКОУ Школа 4  
/О.В. Куликова/

**МЕНЮ**  
**10 МАРТА 2026 г.**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>12-18 лет</b>									
<b>Завтрак</b>									
3.2008 4.2013	153/475	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, С СОУСОМ ШОКОЛАДНЫМ	201	102,54	23,20	18,30	52,00	470,00	
1.2022	262	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	218	3,58	0,10	0,02	15,20	62,00	
Т/К	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	51	6,75	2,50	0,60	24,00	111,50	
4.2021	82	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	180	72,00	1,50	0,20	16,40	75,20	
<b>Обед</b>									
2.2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	80	19,95	0,80	0,20	3,00	17,00	
4.2008	43	СВЕКОЛЬНИК	250	17,37	2,00	5,10	16,10	118,50	
2.2005	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	45,67	16,10	10,00	10,38	196,00	
1.2022	207	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	13,94	3,00	5,10	36,74	205,00	
2.2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	11,87	0,00	0,00	24,00	96,00	
Т/К	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ	72	5,61	4,30	0,50	30,74	145,00	
Т/К	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,93	4,50	0,50	29,50	140,50	
Т/К	4	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	18,00	0,00	0,00	25,00	118,00	
<b>Итого</b>					<b>322,21</b>	<b>58,00</b>	<b>40,52</b>	<b>283,06</b>	<b>1 754,70</b>

мед сестра \_\_\_\_\_ И.В. Воликова

шеф-повар \_\_\_\_\_ А.А. Толмачева