

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
16 марта 2026

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>								
1.2022	125.1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ	150	18,42	4,9	6,80	23,00	173,00
3.2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	23,23	5,3	4,60	9,00	99,00
Т/К	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	6,67	2,50	0,60	24,00	113,00
Т/К	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,28	3,00	0,30	19,70	94,00
1.2022	11	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9,10	2,30	3,00	0,00	36,00
1.2022	231	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	150	32,37	0,30	0,50	15,20	67,00
<b>Итого</b>				<b>93,07</b>	<b>18,3</b>	<b>15,80</b>	<b>90,90</b>	<b>582,00</b>
<b>Обед</b>								
2.2011	76	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	17,40	5,40	7,20	1,60	93,30
2.2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	14,26	1,6	4,70	9,00	85,00
2.2011	260	ГУЛЯШ	90	62,57	14,00	11,00	2,70	181,00
2.2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	33,59	3,80	6,20	26,00	180,00
3.2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	5,99	0,00	0,00	28,30	113,20
Т/К	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,12	2,40	0,30	17,30	82,00
т/к	4	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	10,00	0,00	0,00	16,60	67,00
<b>Итого</b>				<b>146,93</b>	<b>27,2</b>	<b>29,40</b>	<b>101,50</b>	<b>801,50</b>
<b>Итого</b>				<b>240,00</b>	<b>45,4</b>	<b>45,20</b>	<b>192,40</b>	<b>1 383,50</b>

мед. сестра \_\_\_\_\_ И.В. Воликова

шеф-повар \_\_\_\_\_ А.А. Толмачева



Утверждаю

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

## МЕНЮ 16 марта 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	
<b>12-18 лет</b>								
<b>Завтрак</b>								
1.2022	125.1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ	200	24,47	6,5	9,0	30,6	229,4
3.2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	23,23	5,3	4,6	8,8	99,0
Т/К	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	60	8,00	2,9	0,7	28,8	134,0
Т/К	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,92	4,5	0,5	29,5	140,5
1.2022	11	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	18,14	4,5	5,9	0,0	72,0
1.2022	231	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	150	31,57	0,4	0,5	15,2	66,9
<b>Обед</b>								
2.2011	76	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	80	21,49	6,9	8,0	2,4	109,2
2.2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	14,25	2,0	5,8	11,2	104,2
2.2011	260	ГУЛЯШ	100	69,47	15,6	13,0	2,9	201,0
2.2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	33,59	3,8	6,2	25,8	180,0
3.2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	6,00	0,0	0,0	28,3	113,2
Т/К	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ	72	5,62	4,3	0,5	30,7	145,0
т/к	4	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	25	12,52	0,0	0,0	20,8	83,0
<b>Итого</b>				<b>273,27</b>	<b>56,6</b>	<b>54,72</b>	<b>234,98</b>	<b>1 677,40</b>

мед. сестра \_\_\_\_\_ И.В. Воликова

шеф-повар \_\_\_\_\_ А.А. Толмачева