

День 2

Утверждаю

Директор школы



Меню на 02.06 2026

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептур	№Рецептуры
	7-10 лет	11-18 лет		г.	г.	г.	ккал		
Макароны отварные	180	200	20,00	5,00	5,30	35,00	208,00	НИИ гигиены 2020	54-1г-2020
Курица отварная	120	120	60,00	32,17	2,33	1,17	154,83	НИИ гигиены 2020	54-21м-2020
Овощи по сезону (капуста квашеная)	60	100	6,00	0,66	0,12	2,28	13,20	Сборник рецептур 2015	70
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Чай черный байховый с сахаром	200	200	6,02	0,20	0,00	6,40	26,40	НИИ гигиены 2020	54-2гн-2020
Итого за завтрак	590	650	94,02	40,43	8,05	59,45	475,03		

ОБЕД

Суп картофельный с рисовой крупой	250	300	15,00	1,98	6,93	16,52	136,7	Сборник рецептур 2011	104
Запеканка картофельная с мясом	200	250	56,65	16,80	18,70	57,00	425,00	Перевалов А.Я., 2021 г., ТТК	334
Компот из плодов или ягод сушеных (шиповник)	200	200	7,00	0,35	0,08	29,85	122,00	Сборник рецептур 2011	348
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	2,00	6,50	0,80	33,80	177,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Итого за Обед	710	810	82,65	28,03	26,81	151,77	933,9		
Итого за день	1300	1460	176,67	68,46	34,86	211,22	1408,93		