

Утверждаю

Заместитель директора – руководитель  
Центра образования "Великосельская средняя школа"  
/Мошкин Борис Евгеньевич/



# МЕНЮ

16 октября 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|-----------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                         |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                         |        |                   |         |                  |                                          |
| 2021                          | 245              | ЗАПЕКАНКА МАННАЯ                        | 200/30 | 8,90              | 6,50    | 56,80            | 317,00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 30     | 2,30              | 0,80    | 16,10            | 83,00                                    |
| 2008                          |                  | ЯБЛОКО                                  | 100    | 0,40              | 0,40    | 9,80             | 47,00                                    |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                           | 200    | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 92,00                                    |
| Итого                         |                  |                                         |        | 12,60             | 7,90    | 102,90           | 539,00                                   |
| Обед                          |                  |                                         |        |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 148              | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ) | 200    | 6,80              | 8,10    | 11,40            | 150,00                                   |
| 2006                          | 68               | КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ                | 100    | 8,30              | 10,60   | 3,80             | 151,00                                   |
| 2006                          | 463              | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 180    | 8,90              | 6,20    | 38,60            | 248,00                                   |
|                               |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30     | 2,00              | 0,30    | 12,30            | 60,00                                    |
| 2021                          | 457              | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 200/10 | 0,20              | 0,00    | 9,10             | 37,00                                    |
| Итого                         |                  |                                         |        | 26,20             | 25,20   | 75,20            | 646,00                                   |
| Всего                         |                  |                                         |        | 38,80             | 33,10   | 178,10           | 1 185,00                                 |