



Утверждаю

Директор

*Чикова Е.Н.*

Чикова Е.Н.

## МЕНЮ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ

на 19.09.2025г.

| № блюд по сборнику<br>2022 г под ред.<br>В.А.Тутельяна и<br>Д.Б.Никитюка | Наименование блюда                   | масса<br>порции в<br>граммах | цена          | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------|---------------|------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                                                          |                                      | 7-11 лет                     |               | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                   |
| ТТК№3                                                                    | котлета "Сазан" п/ф ( сазан)         | 100                          | 62,16         | 6,62             | 16,05 | 13,40    | 217,30                            |
| ТК№12                                                                    | бобовые отварные (гороховое<br>пюре) | 180                          | 25,30         | 6,70             | 2,73  | 28,77    | 233,75                            |
| ТК№24                                                                    | соус основной красный                | 100                          | 8,18          | 3,30             | 2,70  | 8,90     | 73,10                             |
| ТК№26                                                                    | хлеб ржаной                          | 60                           | 8,32          | 3,96             | 0,72  | 20,52    | 99,24                             |
| ТК№17                                                                    | Чай с лимоном                        | 217                          | 7,04          | 0,13             | 0,20  | 15,20    | 62,00                             |
| масса порций                                                             |                                      | 657                          |               |                  |       |          |                                   |
| Итого БЖУ:                                                               |                                      |                              |               | 20,71            | 22,40 | 86,79    |                                   |
| <b>итого</b>                                                             |                                      |                              | <b>111,00</b> |                  |       |          | <b>685,39</b>                     |

| № блюд по сборнику<br>2022 г под ред.<br>В.А.Тутельяна и<br>Д.Б.Никитюка | Наименование блюда                   | масса<br>порции в<br>граммах | цена          | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------|---------------|------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                                                          |                                      | 12 лет и<br>старше           |               | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                   |
| ТТК№3                                                                    | котлета "Сазан" п/ф ( сазан)         | 100                          | 62,16         | 6,62             | 16,05 | 13,40    | 217,30                            |
| ТК№12                                                                    | бобовые отварные (гороховое<br>пюре) | 180                          | 25,30         | 6,70             | 2,73  | 28,77    | 233,75                            |
| ТК№24                                                                    | соус основной красный                | 100                          | 8,18          | 3,30             | 2,70  | 8,90     | 73,10                             |
| ТК№26                                                                    | хлеб ржаной                          | 60                           | 8,32          | 3,96             | 0,72  | 20,52    | 99,24                             |
| ТК№17                                                                    | Чай с лимоном                        | 217                          | 7,04          | 0,13             | 0,20  | 15,20    | 62,00                             |
| масса порций                                                             |                                      | 657                          |               |                  |       |          |                                   |
| Итого БЖУ:                                                               |                                      |                              |               | 20,71            | 22,40 | 86,79    |                                   |
| <b>итого</b>                                                             |                                      |                              | <b>111,00</b> |                  |       |          | <b>685,39</b>                     |