



Чикова Е.Н.

МЕНЮ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ

на 16.03.2026г.

№ блюд по сборнику 2022 г под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка	Наименование блюда	масса порции в граммах	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет		Белки	Жиры	Углеводы	
TKN№14	плов из птицы (куриное филе)	250	77,00	16,10	18,65	53,71	456,78
TKN№29	огурец соленый	100	32,70	0,80	0,20	1,80	83,20
TKN№26	хлеб ржаной	60	10,00	3,96	0,72	20,52	99,24
TKN№18	Чай с сахаром	210	4,27	0,07	0,20	10,01	46,00
масса порций		620					
Итого БЖУ:				20,93	19,77	86,04	
Итого:			123,97				685,22

№ блюд по сборнику 2022 г под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка	Наименование блюда	масса порции в граммах	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		12 лет и старше		Белки	Жиры	Углеводы	

TKN№14	плов из птицы (куриное филе)	250	77,00	16,10	18,65	53,71	456,78
TKN№29	огурец соленый	100	32,70	0,80	0,20	1,80	83,20
TKN№26	хлеб ржаной	60	10,00	3,96	0,72	20,52	99,24
TKN№18	Чай с сахаром	210	4,27	0,07	0,20	10,01	46,00
масса порций		620					
Итого БЖУ:				20,93	19,77	86,04	
Итого:			123,97				685,22