Утверждаю

Директор _____ Чикова Е.Н

МЕНЮ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ

на 13.10.2026г.

№ 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	
ТТК№3	котлета "Сазан" п/ф (сазан)	100	65,30	6,62	16,05	13,40	217,30
ТК№12	бобовые отварные (гороховое пюре)	180	28,00	6,70	2,73	28,77	233,75
ТК№29	Овощи сезонные (свежие, соленые)	100	11,70	0,80	0,20	1,80	83,20
ТК№26	хлеб ржаной	60	10,00	3,96	0,72	20,52	99,24
ТК№17	Чай с лимоном	217	8,97	0,13	0,20	15,20	62,00
масса порций		657					
Итого БЖУ:				18,21	19,90	79,69	
итого			**123,97**				**695,49**

№ 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	
ТТК№3	котлета "Сазан" п/ф (сазан)	100	65,30	6,62	16,05	13,40	217,30
ТК№12	бобовые отварные (гороховое пюре)	180	28,00	6,70	2,73	28,77	233,75
ТК№29	Овощи сезонные (свежие, соленые)	100	11,70	0,80	0,20	1,80	83,20
ТК№26	хлеб ржаной	60	10,00	3,96	0,72	20,52	99,24
ТК№17	Чай с лимоном	217	8,97	0,13	0,20	15,20	62,00
масса порций		657					
Итого БЖУ:				18,2	19,90	79,69	

				1			
итого			**123,97**				**695,49**