



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «Верхнежарские
СОШ им. А. П. Ядрин»
М. А. Шейкина

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ООО «Торговый дом Ядрин»
А. Н. Матвеев

14.10.2024

2 ДЕНЬ на 15.10. 2024г

наименование блюда		выход	пищевая ценность				номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы	ккал	
завтрак 7-11 лет							
бутерброд с сыром	17,59	55	5,76	7,95	14,62	162,80	3*
каша молоч овсяная с маслом	13,61	200\5	7,40	13,95	31,96	284,00	173*
чай с фруктовым соком	5,09	200	0,34	0,02	24,53	95,00	79**
хлеб пшеничный	3,6	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
вафли	5,72	25	1,77	2,25	7,40	56,00	338*
итого:	45,61		19,07	24,57	102,81	716,80	
завтрак 12-18 лет							
бутерброд с сыром	17,59	55	5,76	7,95	14,62	162,80	3*
каша молоч овсяная с маслом	13,61	200\5	7,40	13,95	31,96	284,00	173*
чай с фруктовым соком	5,09	200	0,34	0,02	24,53	95,00	79**
хлеб пшеничный	3,6	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
вафли	5,72	25	1,77	2,25	7,40	56,00	338*
итого:	45,61		19,07	24,57	102,81	716,80	
обед 7-11 лет							
салат из свеклы	6,35	60	0,76	9,04	4,59	103,00	52*
рассольник ленинградский со сметаной	10,17	200\5	1,88	5,10	13,92	113,00	96*
тефтели рубленные с соусом	27,93	90(60/30)	8,56	14,11	9,07	197,00	278*
каша гречневая рассыпчатая	12,96	150	8,76	6,62	43,08	271,00	171*
компот из смеси сухофруктов	3,79	200	0,44	0,00	28,88	116,00	349*
хлеб ржаной	3,6	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
фрукты	10,2	100	0,40	0,40	9,80	45,00	338*
итого:	75,00		23,62	35,87	109,94	971,00	
обед 12-18 лет							
салат из свеклы	8,01	70	1,27	15,06	7,65	171,00	52*
рассольник ленинградский со сметаной	12,35	250\5	2,31	6,60	17,36	135,00	96*
тефтели рубленные с соусом	28,84	100(60\40)	8,87	14,59	11,09	211,00	278*
каша гречневая рассыпчатая	13,41	180	10,51	7,94	51,70	325,00	171*
компот из смеси сухофруктов	3,79	200	0,44	0,00	28,88	116,00	349*
хлеб ржаной	3,60	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
итого:	70,00		26,22	44,79	117,28	1084,00	

невал Жуков