

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г. Керчи РК
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»
Шульман З.С.



«СОГЛАСОВАНО»
Ген. директор ООО "Ладия"
по договору соисполнения
№2-Г-2025 от 14.04.2025г
Белая Т.В.



«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№7-2025-К от 14.04.25г
Кравченко Г.Н.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 3 " 12 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 78,05 руб					
ПР	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,26
211	Омлет с сыром	180	21,49	26,27	3,06	416,62
376	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,61	50,42
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	580	28,54	32,53	64,02	727,27
	Обед 129,53 руб					
21	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	60	0,51	3,03	1,55	35,45
102	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,22	118,60
294	Котлета куриная	90	20,55	13,51	27,30	202,12
321	Капуста тушеная	150	3,09	4,85	24,51	113,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	780	36,08	27,57	126,84	728,61
	Всего за день	1360	64,62	60,10	190,85	1455,88

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 3 " 12 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
ПР	Икра кабачковая	100	2,73	7,18	14,54	133,71
211	Омлет с сыром	200	23,88	29,19	3,40	462,87
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	660	32,03	38,32	72,56	836,55
	Обед 151,10 руб					
21	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	100	0,85	5,05	2,58	59,10
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148,25
294	Котлета куриная	100	22,83	15,01	30,33	224,56
321	Капуста тушеная	180	3,72	5,83	29,41	135,31
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	950	43,61	33,98	159,57	909,57
	Всего за день	1610	75,64	72,30	232,13	1746,12

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г. Керчи РК
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»
Шульман З.С.

«СОГЛАСОВАНО»
Ген. директор ООО "Ладия"
по договору соисполнения
№2-С-2025 от 14.04.2025г
Белан Т.В.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№7-2025-К от 14.04.25г
Кравченко Т.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 4 " 12 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 78,05 руб					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,99	2,47	9,76	43,73
239/331	Тефтеля рыбная с соусом	90/30	11,48	10,39	15,25	200,38
303	Каша вязкая рисовая	150	2,56	4,17	26,57	154,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	590	20,11	18,58	96,60	593,08
	Обед 129,53 руб					
67	Винегрет овощной (лук репчатый)	60	0,84	6,02	8,74	75,04
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
283	Пудинг из печени с маслом сливочным	80/5	14,92	20,30	6,07	277,00
303	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,00	20,52	145,00
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный.	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	875	28,71	37,83	120,39	908,68
	Всего за день	1465	48,82	56,41	216,99	1501,76

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 4 " 12 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	14,59	72,90
239/331	Тефтеля рыбная с соусом	100/30	13,04	12,38	18,11	235,99
303	Каша вязкая рисовая	180	3,08	5,01	31,92	185,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	670	22,85	23,06	109,64	688,86
	Обед 151,10 руб					
67	Винегрет овощной (лук репчатый)	100	1,40	10,04	14,58	125,10
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
283	Пудинг из печени с маслом сливочным	100/10	18,68	22,56	7,64	328,00
303	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,65	174,78
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	1060	37,44	46,97	154,21	1141,23
	Всего за день	1730	60,29	70,03	263,85	1830,09

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г.Керчи РК
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»
Шульман З.С.

«СОГЛАСОВАНО»
Ген. директор ООО "Ладия"
по договору соисполнения
№2-С-2025 от 14.04.2025г
Белан Т.В.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№7-2025-К от 14.04.25г
Кравченко Т.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 5 " 12 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 78,05 руб					
182	Каша овсяная жидкая молочная с маслом и сахаром	220	7,82	12,83	44,25	325,00
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком	100/20	0,66	0,09	32,01	133,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
	Итого	560	13,43	16,27	101,56	609,04
	Обед 129,53 руб					
75	Икра морковная	60	1,21	0,06	15,68	54,71
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
268	Котлета из говядины с маслом сливочным	90/5	14,82	18,88	12,83	283,20
303	Каша вязкая пшеничная	150	4,00	4,25	24,58	152,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	885	29,24	29,71	144,54	930,15
	Всего за день	1445	42,67	45,98	246,11	1539,19

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 5 " 12 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
182	Каша овсяная жидкая молочная с маслом и сахаром	260	9,17	13,80	50,22	363,33
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком	100/20	0,66	0,09	32,01	133,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
	Итого	600	14,78	17,24	107,53	647,37
	Обед 151,10 руб					
75	Икра морковная	100	2,01	0,10	26,13	91,20
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,98
268	Котлета из говядины с маслом	110/10	17,42	24,07	14,53	347,60
303	Каша вязкая пшеничная	180	4,81	5,10	29,50	183,06
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	1070	37,04	37,67	184,47	1167,19
	Всего за день	1670	51,81	54,91	292,00	1814,56

Зав.произв

Приятного аппетита