

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК гимназия № 25

Е.В. Звягина

24.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК гимназия № 25

24.12.2021

Завтрак 5-11 класс

пятница 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70	ТК № 4 Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
295	ТК № 62 Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	1/100/8	18,88	255,8
302	ТК № 67 Каша гречневая рассыпчатая	1/180	5,33	310,0
349	ТК № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				862,2

Итого:

47,05

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
23,7	24,4	124,9	862,2	0,3	27,3	0,1	77,6	86,1	311,1	8,5

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ЗВЯГИНА Е.В./



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК школа № 25

И.В. Звягина  
23.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК школа № 25

23.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

четверг 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.	
223	ТК № 78	Запеканка из творога со сгущённым молоком	1/180/60	44,79	648,0
379	ТК № 43	Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	142,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9	
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0	
ИТОГО Ккал.:					<b>1001,1</b>

**Итого: 69,39**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
43,1	30,2	137,7	1001,1	0,2	22,4	156,0	101,5	573,2	640,0	7,4

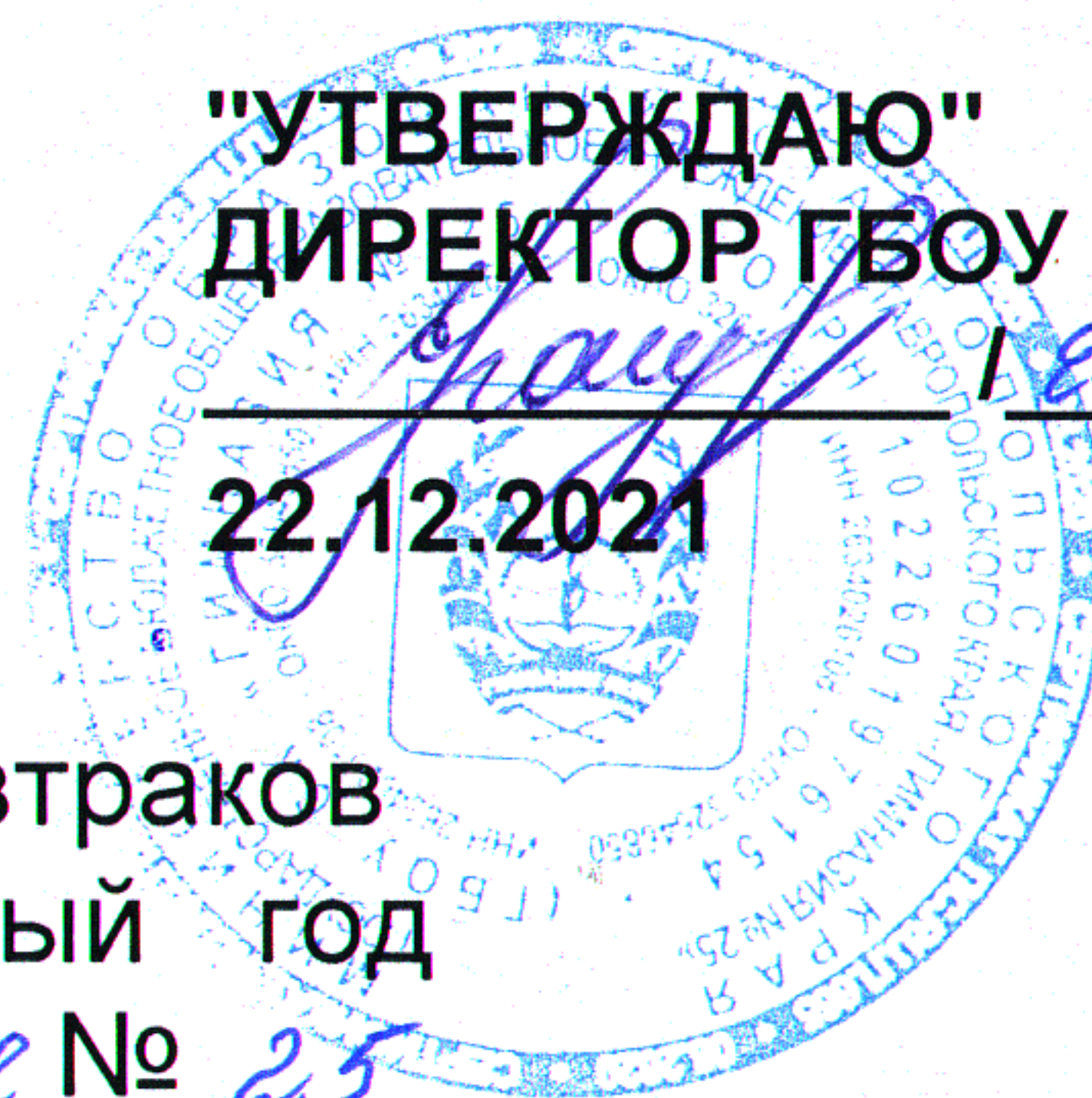
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_ / ЗВЯГИНА Е.В. /







"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Мимик № 25

И.В. Звягина  
22.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Мимик № 25  
22.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

среда 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
173	ТК № 39 Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	8,57	210,3
350	ТК № 16 Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	3,70	110,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>606,4</b>

**Итого: 33,51**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
11,6	19,3	95,2	606,4	0,2	24,3	0,2	74,5	210,6	263,4	8,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

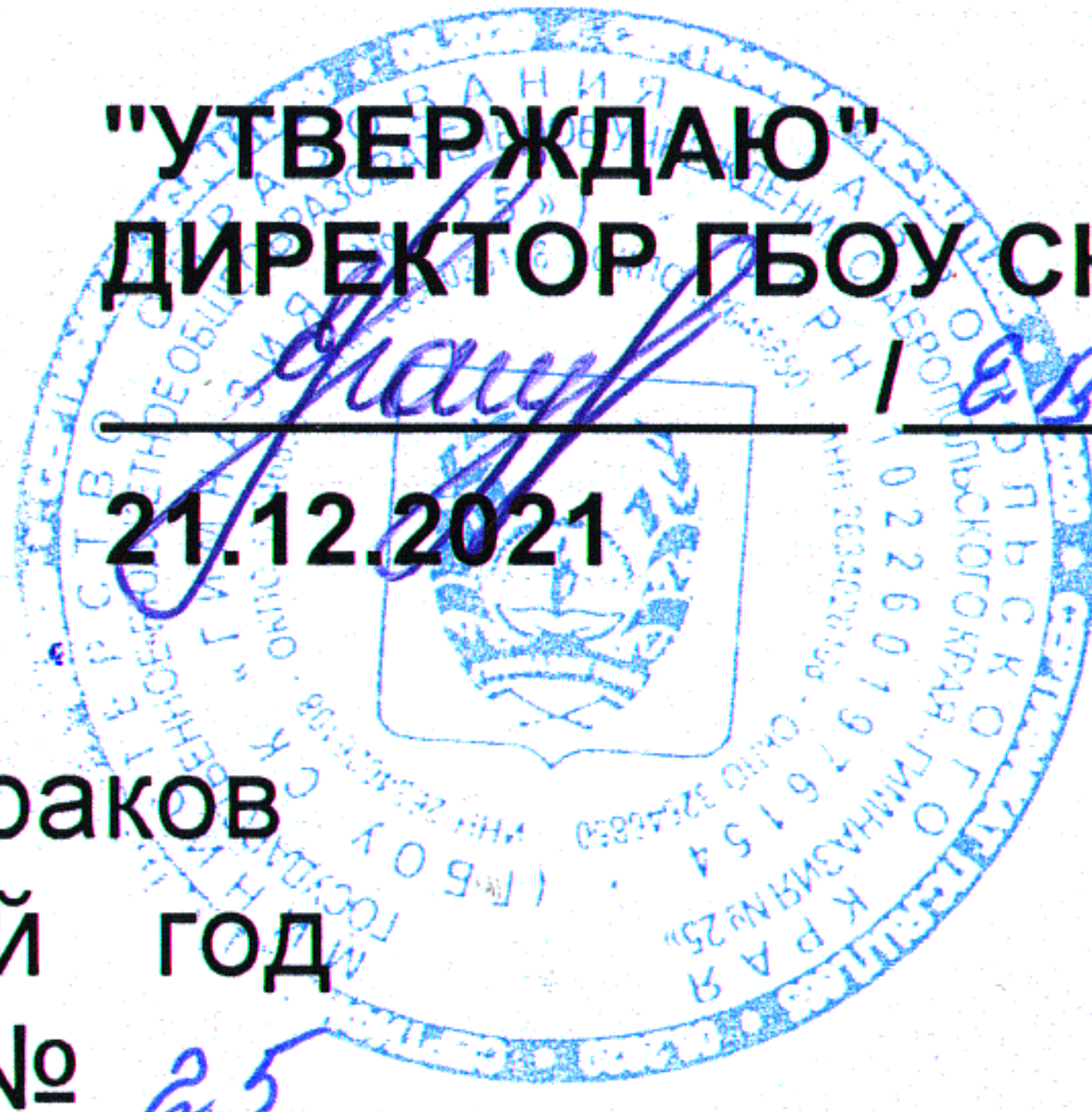
ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



И.В. Звягина  
/ ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК гимназия № 25  
Е.В. Звягина  
 21.12.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК гимназия № 25  
 21.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

вторник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
237 ТК № 74	Зразы рыбные рубленые ( из минтая)	1/100/7	24,50	220,2
128 ТК № 71	Картофельное пюре	1/180	6,20	141,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>657,6</b>

**Итого: 53,54**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,1	20,9	96,0	657,6	0,3	31,0	0,1	77,8	150,4	311,4	8,3

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

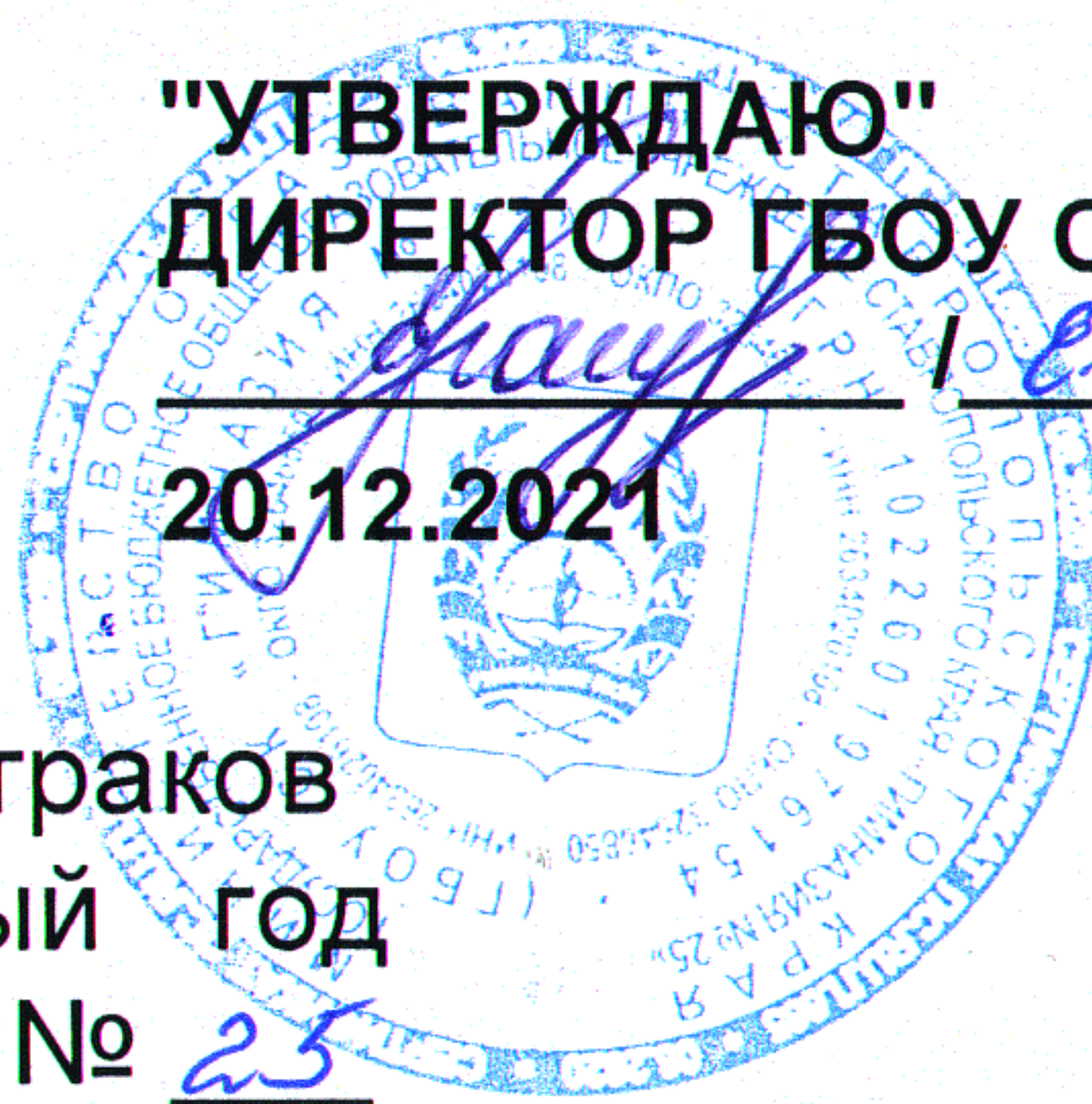
ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК им. И.В. Звягина № 25  
И.В. Звягина  
20.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК им. И.В. Звягина № 25  
20.12.2021

Завтрак 5-11 класс

понедельник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
190 ТК № 31	Пудинг пшеничный с молоком сгущенным	1/200/40	17,58	431,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				875,0

Итого: 47,62

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,6	19,3	74,0	875,0	0,1	221,3	0,4	60,3	251,3	252,3	7,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК шм № 25

17.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК шм № 25  
17.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

пятница 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
289 ТК № 70	Рагу из мяса птицы	1/100/300	27,92	356,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>678,6</b>

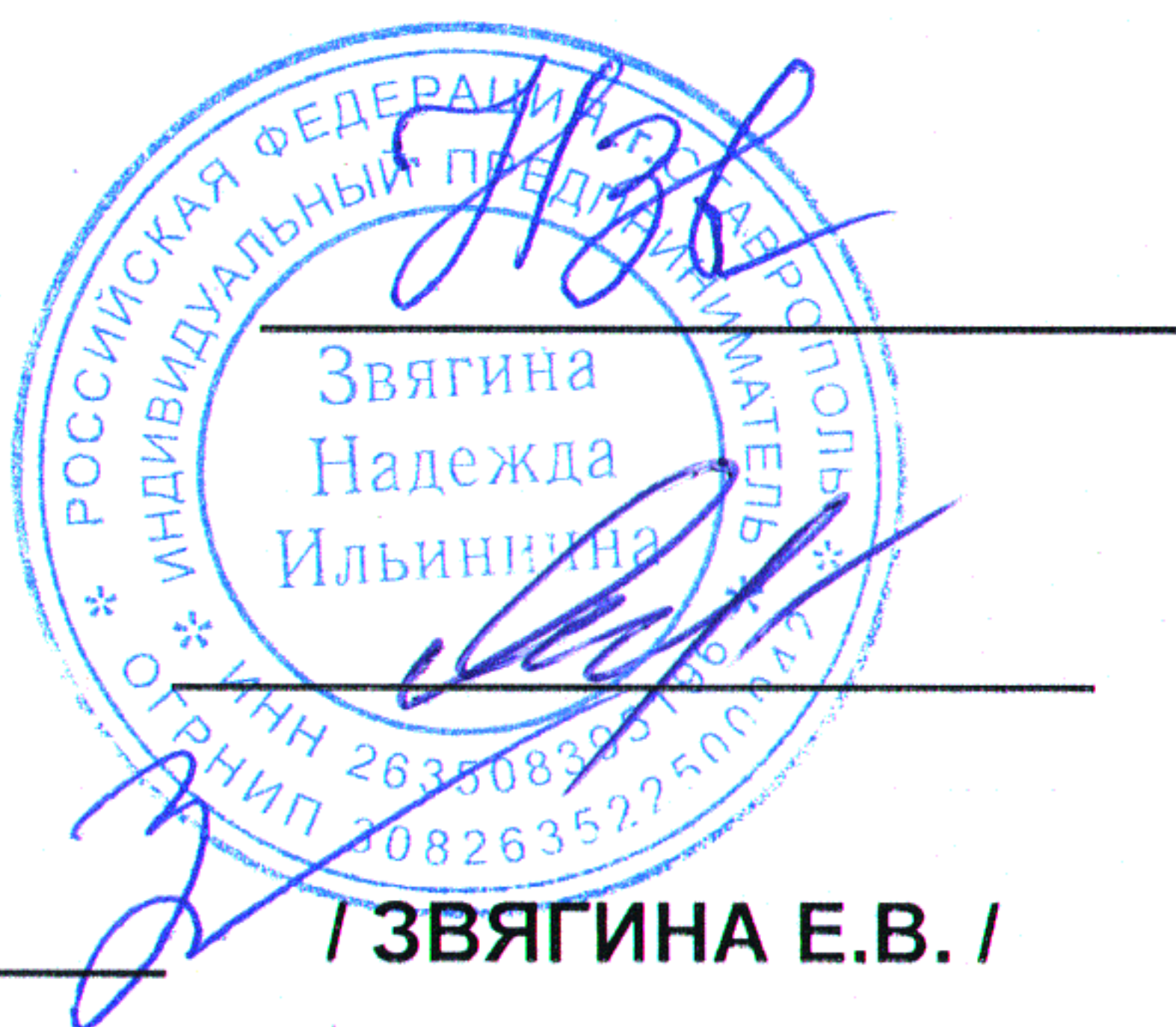
**Итого: 49,08**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1,мг.	C,мг	A,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
27,9	19,9	95,8	678,6	0,2	248,0	28,2	93,0	132,3	312,2	9,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК г.Им. № 25

Е.В. Звягина

16.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК г.Им. № 25

16.12.2021

Завтрак 5-11 класс

четверг 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
224	ТК № 68 Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком	1/180/60	33,95	627,4
382	ТК № 23 Какао с молоком	1/200	5,80	134,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				972,3

Итого: 56,99

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
32,6	27,5	147,1	972,3	0,3	22,9	104,6	95,3	576,1	575,9	8,0

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ З / ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК гимназия № 25

15.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК гимназия № 25

15.12.2021

Завтрак 5-11 класс

среда 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
204	ТК № 17 Макароны отварные с сыром	1/180/36	18,98	170,1
349	ТК № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал:				533,4

Итого: **42,82**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
9,4	17,1	84,3	533,4	0,2	20,0	0,1	26,3	64,1	107,6	6,2

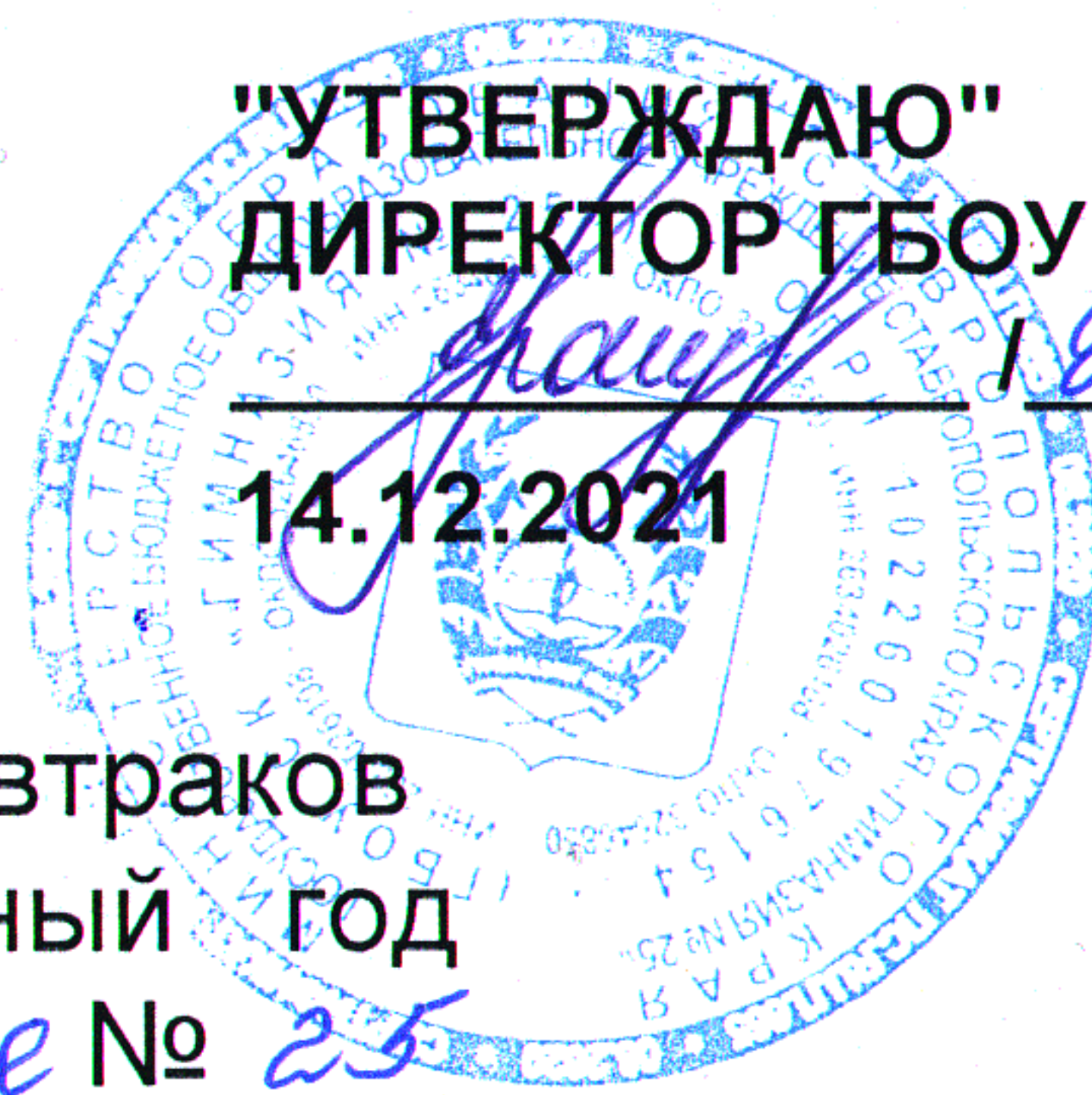
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ ЗВЯГИНА Е.В. /







"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК гимназия № 25

Е.В. Звягина  
14.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК гимназия № 25

14.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

вторник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
210	ТК № 9 Омлет натуральный	1/160	22,45	301,8
140	ТК № 10 Свекла тушеная в соусе сметанном	1/60	7,19	41,6
379	ТК № 11 Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	103,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>657,8</b>

**Итого: 54,24**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
24,4	30,0	70,8	657,8	0,2	27,0	0,2	61,9	205,9	318,3	8,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_ / ЗВЯГИНА Е.В. /







"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК школа № 25  
 / Е.В. Звягина  
 13.12.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК школа № 25  
 13.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

понедельник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
174	ТК № 1 Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	13,34	252,6
377	ТК № 27 Чай с лимоном*	1/200/7	0,44	49,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15	ТК № 3 Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>642,5</b>

**Итого: 42,90**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
14,5	20,9	97,3	642,5	0,1	24,6	0,2	69,0	265,5	264,8	7,6

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Звезда № 25  
Ильинский / Е.В. Звягина  
 10.12.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Звезда № 25  
 10.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

пятница 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70	ТК № 4 Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
295	ТК № 62 Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	1/100/8	18,88	255,8
302	ТК № 67 Каша гречневая рассыпчатая	1/180	5,33	310,0
349	ТК № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>862,2</b>

**Итого: 47,05**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
23,7	24,4	124,9	862,2	0,3	27,3	0,1	77,6	86,1	311,1	8,5

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинична № 25

09.12.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Ильинична № 25  
09.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

четверг 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
223	ТК № 78 Запеканка из творога со сгущённым молоком	1/180/60	44,79	648,0
379	ТК № 43 Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	142,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				1001,1

**Итого: 69,39**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
43,1	30,2	137,7	1001,1	0,2	22,4	156,0	101,5	573,2	640,0	7,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК ИИ № 25

08.12.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК ИИ № 25  
08.12.2021

Завтрак 5-11 класс

среда 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
173	ТК № 39 Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	8,57	210,3
350	ТК № 16 Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	3,70	110,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				606,4

Итого: 33,51

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
11,6	19,3	95,2	606,4	0,2	24,3	0,2	74,5	210,6	263,4	8,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_ / ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Звезда № 25

07.12.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Звезда № 25  
07.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

вторник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
237 ТК № 74	Зразы рыбные рубленые ( из минтая)	1/100/7	24,50	220,2
128 ТК № 71	Картофельное пюре	1/180	6,20	141,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				657,6

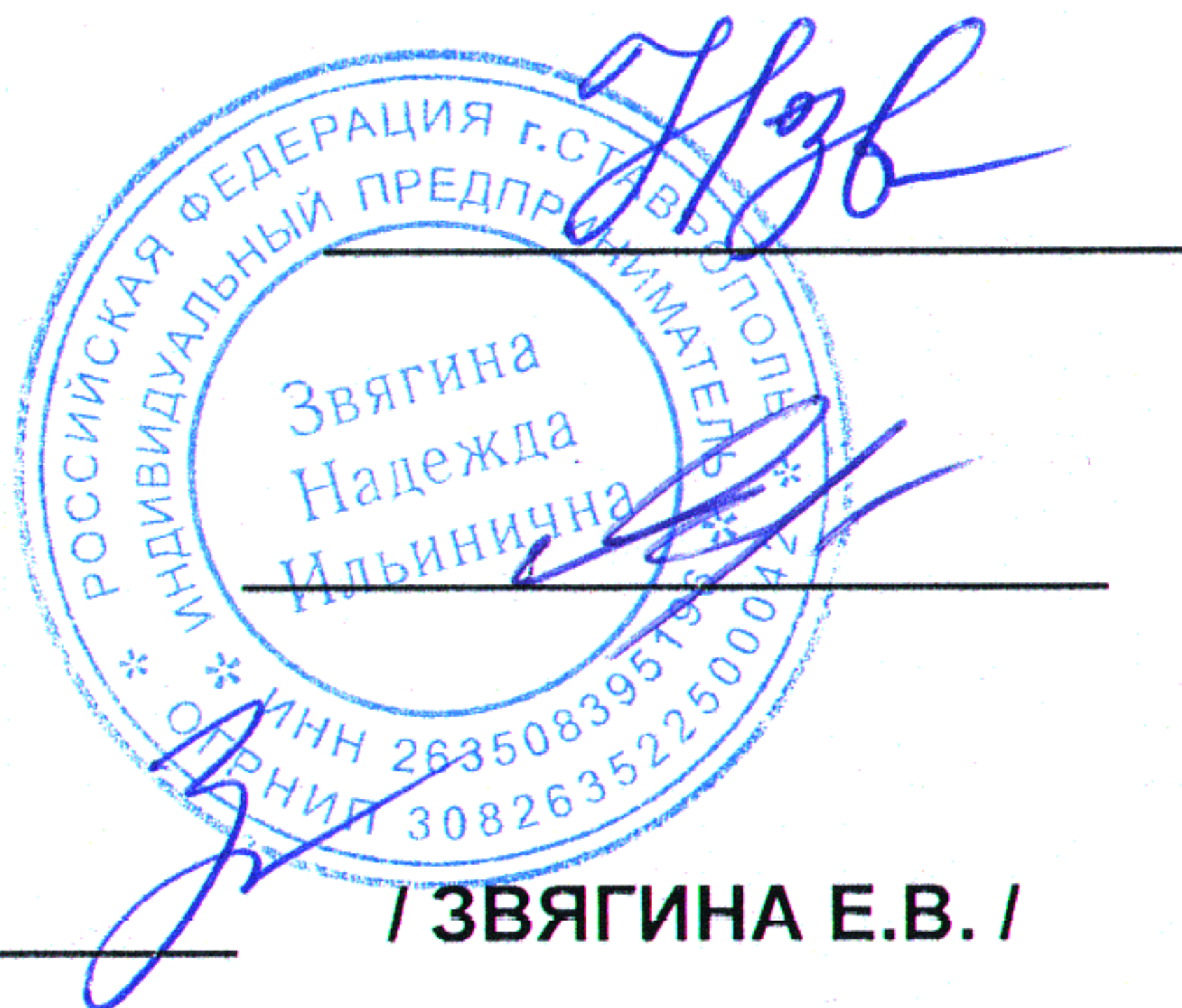
**Итого: 53,54**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,1	20,9	96,0	657,6	0,3	31,0	0,1	77,8	150,4	311,4	8,3

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК гимназия № 25

Е.В. Звягина  
06.12.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК гимназия № 25

06.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

понедельник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
190 ТК № 31	Пудинг пшеничный с молоком сгущенным	1/200/40	17,58	431,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>875,0</b>

**Итого: 47,62**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
20,6	19,3	74,0	875,0	0,1	221,3	0,4	60,3	251,3	252,3	7,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК гим. № 25

Е.В. Звягина

03.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК гимназия № 25

03.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

пятница 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
289 ТК № 70	Рагу из мяса птицы	1/100/300	27,92	356,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>678,6</b>

**Итого:**

**49,08**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
27,9	19,9	95,8	678,6	0,2	248,0	28,2	93,0	132,3	312,2	9,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

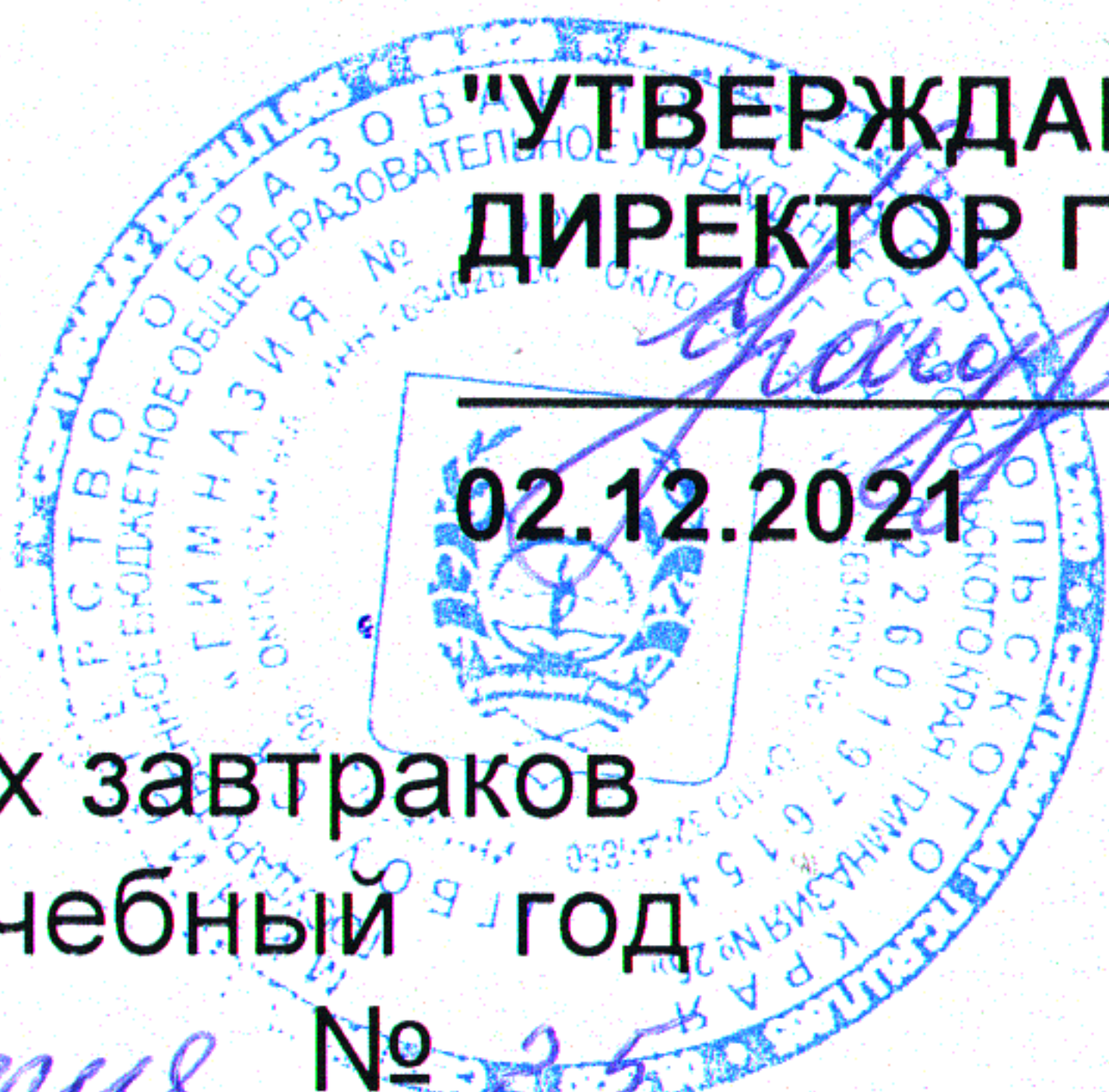
ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильин № 25

Е.В. Лазуркина

02.12.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Ильин № 25  
02.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

четверг 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
224	ТК № 68 Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком	1/180/60	36,81	627,4
382	ТК № 23 Какао с молоком	1/200	5,80	134,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>972,3</b>

**Итого: 59,85**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
32,6	27,5	147,1	972,3	0,3	22,9	104,6	95,3	576,1	575,9	8,0

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ ЗВЯГИНА Е.В. /







"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК ш.м. № 25  
 / Е.В. Звягина

01.12.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК ш.м. № 25  
 01.12.2021

**Завтрак 5-11 класс**

среда 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
204	ТК № 17 Макароны отварные с сыром	1/180/36	18,98	170,1
349	ТК № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал:</b>				<b>533,4</b>

**Итого: 42,82**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
9,4	17,1	84,3	533,4	0,2	20,0	0,1	26,3	64,1	107,6	6,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_ / ЗВЯГИНА Е.В. /







"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК ШШ № 25

Е.В. Лазуткина

30.11.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК ШШ № 25

30.11.2021

**Завтрак 5-11 класс**

вторник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
210	ТК № 9 Омлет натуральный	1/160	22,45	301,8
140	ТК № 10 Свекла тушеная в соусе сметанном	1/60	7,19	41,6
379	ТК № 11 Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	103,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>657,8</b>

**Итого: 54,24**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
24,4	30,0	70,8	657,8	0,2	27,0	0,2	61,9	205,9	318,3	8,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК ш.м. № 25

Е.В. Звягина

29.11.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК ш.м.з.м. № 25

29.11.2021

**Завтрак 5-11 класс**

понедельник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
174 ТК № 1	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	13,34	252,6
377 ТК № 27	Чай с лимоном*	1/200/7	0,44	49,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>642,5</b>

**Итого: 42,90**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
14,5	20,9	97,3	642,5	0,1	24,6	0,2	69,0	265,5	264,8	7,6

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_ / ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК гим. № 25

26.11.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК гимназия № 25

26.11.2021

Завтрак 5-11 класс

пятница 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70	ТК № 4 Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
295	ТК № 62 Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	1/100/8	18,88	255,8
302	ТК № 67 Каша гречневая рассыпчатая	1/180	5,33	310,0
349	ТК № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				862,2

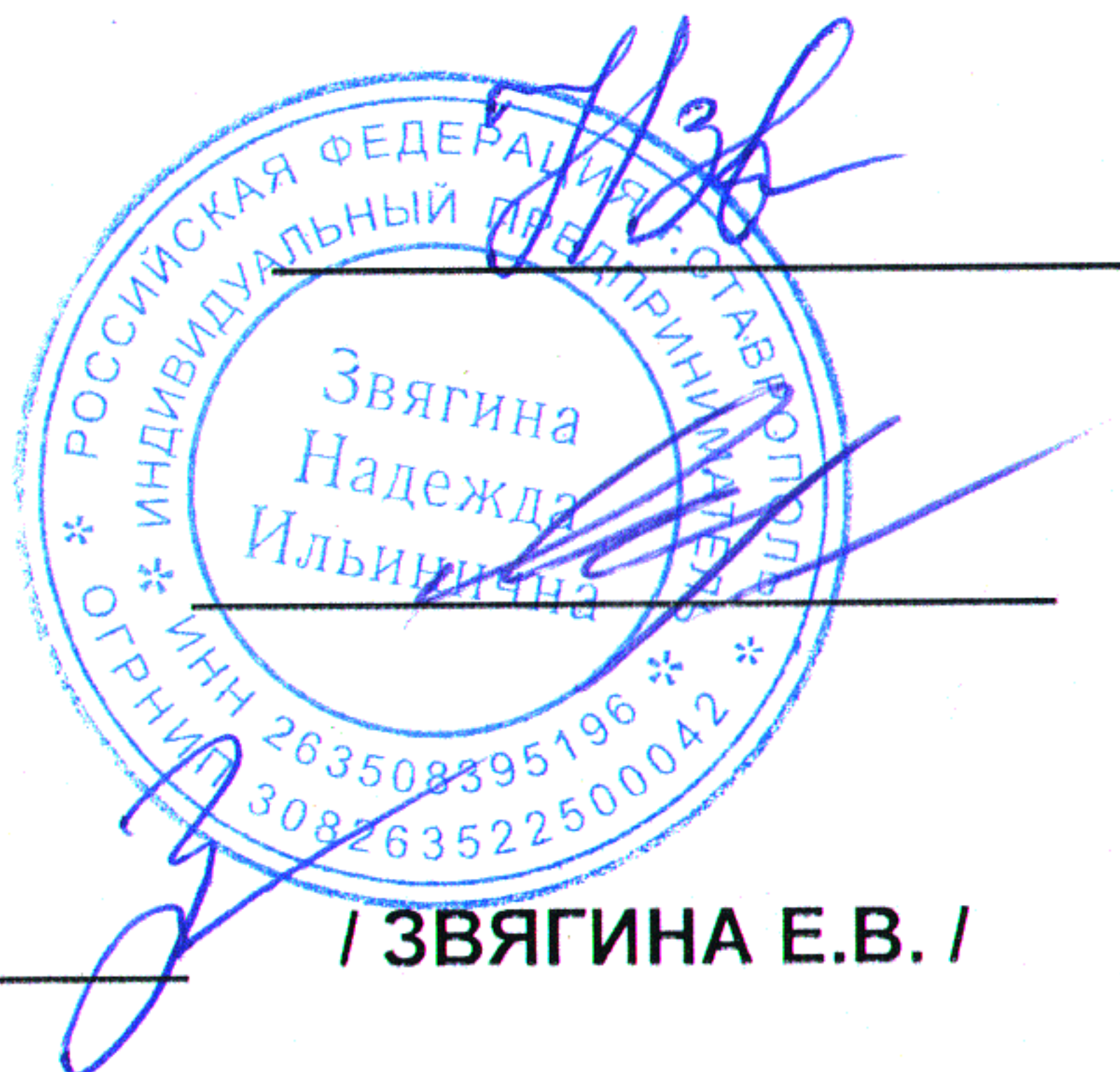
Итого: 47,05

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
23,7	24,4	124,9	862,2	0,3	27,3	0,1	77,6	86,1	311,1	8,5

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК гим. № 25

И.В. Лагуткина  
25.11.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК гимтазия № 25

25.11.2021

Завтрак 5-11 класс

четверг 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.	
223	ТК № 78	Запеканка из творога со сгущённым молоком	1/180/60	47,65	648,0
379	ТК № 43	Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	142,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9	
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0	
ИТОГО Ккал.:					1001,1

Итого: 72,25

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
43,1	30,2	137,7	1001,1	0,2	22,4	156,0	101,5	573,2	640,0	7,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК гимн. № 25  
Е.В. Звягина  
 24.11.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК гимназия № 25  
 24.11.2021

**Завтрак 5-11 класс** среда 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
173	ТК № 39 Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	8,57	210,3
350	ТК № 16 Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	3,70	110,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>606,4</b>

**Итого: 33,51**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
11,6	19,3	95,2	606,4	0,2	24,3	0,2	74,5	210,6	263,4	8,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК гимн. № 25

Е.В. Звягина

23.11.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК гимназия № 25

23.11.2021

Завтрак 5-11 класс

вторник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
237 ТК № 74	Зразы рыбные рубленые ( из минтая)	1/100/7	24,50	220,2
128 ТК № 71	Картофельное пюре	1/180	6,20	141,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				657,6

Итого:

53,54

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
20,1	20,9	96,0	657,6	0,3	31,0	0,1	77,8	150,4	311,4	8,3

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



З / ЗВЯГИНА Е.В. /





**Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК гимназия № 25  
22.11.2021**

Завтрак 5-11 класс		понедельник 2-я неделя		
№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
190	ТК № 31	Пудинг пшеничный с молоком сгущенным	1/200/40	431,6
388	ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	103,0
		Хлеб Пшеничный	1/50	116,9
15	ТК № 3	Сыр Российский	1/15	54,5
14	ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	75,0
		Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>875,0</b>

**Итого: 47,62**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
20,6	19,3	74,0	875,0	0,1	221,3	0,4	60,3	251,3	252,3	7,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Тимина № 25

19.11.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Тимина № 25

19.11.2021

**Завтрак 5-11 класс**

пятница 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
289 ТК № 70	Рагу из мяса птицы	1/100/300	27,92	356,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>678,6</b>

**Итого: 49,08**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
27,9	19,9	95,8	678,6	0,2	248,0	28,2	93,0	132,3	312,2	9,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Гимназия № 25  
Ильницкая Е.В.

18.11.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Гимназия № 25  
 18.11.2021

**Завтрак 5-11 класс** четверг 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
224	ТК № 68 Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком	1/180/60	36,81	627,4
382	ТК № 23 Какао с молоком	1/200	5,80	134,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>972,3</b>

**Итого: 59,85**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
32,6	27,5	147,1	972,3	0,3	22,9	104,6	95,3	576,1	575,9	8,0

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_ /ЗВЯГИНА Е.В. /







"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Гимназия № 25

Лагутина Е.В.

17.11.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК Гимназия № 25

17.11.2021

Завтрак 5-11 класс

среда 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
204	ТК № 17 Макароны отварные с сыром	1/180/36	18,98	170,1
349	ТК № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал:				533,4

Итого:

42,82

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
9,4	17,1	84,3	533,4	0,2	20,0	0,1	26,3	64,1	107,6	6,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Гимназия № 25

Ильинична Е.В.

16.11.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК Гимназия № 25

16.11.2021

Завтрак 5-11 класс

вторник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
210	ТК № 9 Омлет натуральный	1/160	22,45	301,8
140	ТК № 10 Свекла тушенная в соусе сметанном	1/60	7,19	41,6
379	ТК № 11 Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	103,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				657,8

Итого: 54,24

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
24,4	30,0	70,8	657,8	0,2	27,0	0,2	61,9	205,9	318,3	8,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Гимн № 25

Лагутина Е.В.

15.11.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год

ГБОУ СК Гимн № 25

15.11.2021

Завтрак 5-11 класс

понедельник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
174 ТК № 1	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	13,34	252,6
377 ТК № 27	Чай с лимоном*	1/200/7	0,44	49,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				642,5

Итого: 42,90

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
14,5	20,9	97,3	642,5	0,1	24,6	0,2	69,0	265,5	264,8	7,6

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Звягина Надежда Ильинична

ИЗЯГИНА Е.В.



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Турнава № 25  
Акули / Лавочкина Е.В.  
 22.10.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК, Турнава № 25  
 22.10.2021

Завтрак 5-11 класс

пятница 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
295 ТК № 62	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	1/100/8	18,88	255,8
302 ТК № 67	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	5,33	310,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>862,2</b>

**Итого: 47,05**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
23,7	24,4	124,9	862,2	0,3	27,3	0,1	77,6	86,1	311,1	8,5

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Тимкино № 25  
Гайду / Лаурина С.В.  
 21.10.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Тимкино № 25  
 21.10.2021

Завтрак 5-11 класс

четверг 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
223 ТК № 78	Запеканка из творога со сгущённым молоком	1/180/60	44,24	648,0
379 ТК № 43	Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	142,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				1001,1

Итого: 68,84

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1,мг.	С,мг	A,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
43,1	30,2	137,7	1001,1	0,2	22,4	156,0	101,5	573,2	640,0	7,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК "Гимназия № 25"  
 20.10.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК "Гимназия № 25"  
 20.10.2021

**Завтрак 5-11 класс**

среда 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
173 ТК № 39	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	8,57	210,3
350 ТК № 16	Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	3,70	110,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>606,4</b>

**Итого: 33,51**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
11,6	19,3	95,2	606,4	0,2	24,3	0,2	74,5	210,6	263,4	8,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Лицей № 25  
 19.10.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Лицей № 25  
 19.10.2021

**Завтрак 5-11 класс**

вторник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
237 ТК № 74	Зразы рыбные рубленые ( из минтая)	1/100/7	24,50	220,2
128 ТК № 71	Картофельное пюре	1/180	6,20	141,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>657,6</b>

**Итого: 53,54**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,1	20,9	96,0	657,6	0,3	31,0	0,1	77,8	150,4	311,4	8,3

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Тиммазия № 25

18.10.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК "Тиммазия" № 25  
18.10.2021

Завтрак 5-11 класс

понедельник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
190 ТК № 31	Пудинг пшеничный с молоком сгущенным	1/200/40	17,58	431,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				875,0

Итого: 47,62

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,6	19,3	74,0	875,0	0,1	221,3	0,4	60,3	251,3	252,3	7,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК шк. № 25

Е.В. Лагутина

15.10.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК шк. № 25  
15.10.2021

Завтрак 5-11 класс

пятница 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
289 ТК № 70	Рагу из мяса птицы	1/100/300	27,92	356,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				678,6

Итого: 49,08

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1,мг.	C,мг	A,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
27,9	19,9	95,8	678,6	0,2	248,0	28,2	93,0	132,3	312,2	9,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Школа № 25

И.В. Звягина

14.10.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Школа № 25  
14.10.2021

Завтрак 5-11 класс

четверг 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
224 ТК № 68	Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком	1/180/60	39,72	627,4
382 ТК № 23	Какао с молоком	1/200	5,80	134,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				972,3

Итого: 62,76

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
32,6	27,5	147,1	972,3	0,3	22,9	104,6	95,3	576,1	575,9	8,0

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК школа № 25  
Е.В. Лавкина  
 13.10.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК школа № 25  
 13.10.2021

Завтрак 5-11 класс

среда 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
204 ТК № 17	Макароны отварные с сыром	1/180/36	18,98	170,1
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал:				533,4

Итого: 42,82

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
9,4	17,1	84,3	533,4	0,2	20,0	0,1	26,3	64,1	107,6	6,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК школа № 25

*Е.В. Звягина*

12.10.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК школа № 25  
12.10.2021

Завтрак 5-11 класс

вторник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
210 ТК № 9	Омлет натуральный	1/160	22,45	301,8
140 ТК № 10	Свекла тушенная в соусе сметанном	1/60	7,19	41,6
379 ТК № 11	Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	103,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				657,8

Итого: 54,24

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
24,4	30,0	70,8	657,8	0,2	27,0	0,2	61,9	205,9	318,3	8,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_ / ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Школа № 25

*Е. В. Лазутина*

11.10.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Школа № 25

11.10.2021

Завтрак 5-11 класс

понедельник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
174 ТК № 1	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	13,34	252,6
377 ТК № 27	Чай с лимоном*	1/200/7	0,44	49,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				642,5

Итого: 42,90

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
14,5	20,9	97,3	642,5	0,1	24,6	0,2	69,0	265,5	264,8	7,6

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 и.о. ДИРЕКТОР ГБОУ СК гимназия № 25  
 Т.А. Попова  
 08.10.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК гимназия № 25  
 08.10.2021

Завтрак 5-11 класс

пятница 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
295 ТК № 62	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	1/100/8	18,88	255,8
302 ТК № 67	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	5,33	310,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>862,2</b>

**Итого: 47,05**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
23,7	24,4	124,9	862,2	0,3	27,3	0,1	77,6	86,1	311,1	8,5

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 и.о. ДИРЕКТОР ГБОУ СК школа № 25  
И.А. Попова  
 07.10.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК школа № 25  
 07.10.2021

Завтрак 5-11 класс

четверг 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
223 ТК № 78	Запеканка из творога со сгущённым молоком	1/180/60	42,24	648,0
379 ТК № 43	Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	142,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				1001,1

Итого: 66,84

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1, мг.	C, мг	A, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
43,1	30,2	137,7	1001,1	0,2	22,4	156,0	101,5	573,2	640,0	7,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

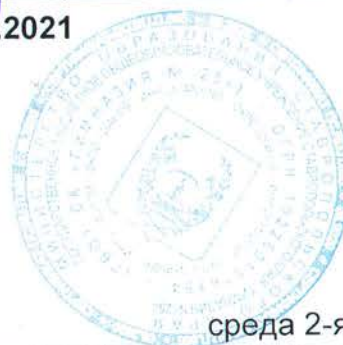


ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 и.о. ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинский № 25  
И.А. Рощинский  
 06.10.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильинский № 25  
 06.10.2021



**Завтрак 5-11 класс**

среда 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
173 ТК № 39	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	8,57	210,3
350 ТК № 16	Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	3,70	110,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>606,4</b>

**Итого: 33,51**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
11,6	19,3	95,2	606,4	0,2	24,3	0,2	74,5	210,6	263,4	8,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

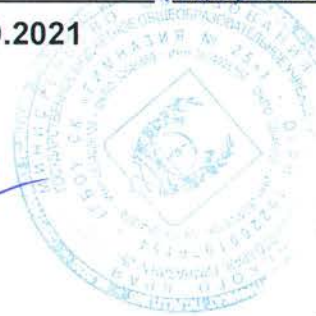


/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ч.о ДИРЕКТОР ГБОУ СК милли № 25  
И.А. Попова  
 05.10.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК милли № 25  
 05.10.2021



**Завтрак 5-11 класс**

вторник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
237 ТК № 74	Зразы рыбные рубленые ( из минтая)	1/100/7	24,50	220,2
128 ТК № 71	Картофельное пюре	1/180	6,20	141,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>657,6</b>

**Итого: 53,54**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1,мг.	С,мг	A,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,1	20,9	96,0	657,6	0,3	31,0	0,1	77,8	150,4	311,4	8,3

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 и.о. ДИРЕКТОР ГБОУ СК школа № 25  
 / Т.А. Ростенко  
 04.10.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК школа № 25  
 04.10.2021

**Завтрак 5-11 класс**

понедельник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
190 ТК № 31	Пудинг пшеничный с молоком сгущенным	1/200/40	17,58	431,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>875,0</b>

**Итого: 47,62**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,6	19,3	74,0	875,0	0,1	221,3	0,4	60,3	251,3	252,3	7,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ / ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК "Тимназис № 25"  
 01.10.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК "Тимназис № 25"  
 01.10.2021

**Завтрак 5-11 класс**

пятница 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
289 ТК № 70	Рагу из мяса птицы	1/100/300	27,92	356,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>678,6</b>

**Итого: 49,08**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
27,9	19,9	95,8	678,6	0,2	248,0	28,2	93,0	132,3	312,2	9,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК

30.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Тимказия № 25  
30.09.2021

Завтрак 5-11 класс

четверг 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
224	ТК № 68 Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком	1/180/60	22,54	627,4
382	ТК № 23 Какао с молоком	1/200	5,80	134,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				972,3

Итого: 45,58

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
32,6	27,5	147,1	972,3	0,3	22,9	104,6	95,3	576,1	575,9	8,0

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Тимкино № 25  
 29.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Тимкино № 25  
 29.09.2021

**Завтрак 5-11 класс**

среда 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
204	ТК № 17 Макароны отварные с сыром	1/180/36	18,98	170,1
349	ТК № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал:</b>				<b>533,4</b>

**Итого: 42,82**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
9,4	17,1	84,3	533,4	0,2	20,0	0,1	26,3	64,1	107,6	6,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК "Лицей № 25"

28.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК "Лицей № 25"  
28.09.2021

Завтрак 5-11 класс

вторник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
210 ТК № 9	Омлет натуральный	1/160	22,45	301,8
140 ТК № 10	Свекла тушенная в соусе сметанном	1/60	7,19	41,6
379 ТК № 11	Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	103,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				657,8

Итого: 54,24

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
24,4	30,0	70,8	657,8	0,2	27,0	0,2	61,9	205,9	318,3	8,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Тимпань № 25

Наумов  
27.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Тимпань № 25  
27.09.2021

Завтрак 5-11 класс

понедельник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
174 ТК № 1	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	13,34	252,6
377 ТК № 27	Чай с лимоном*	1/200/7	0,44	49,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				642,5

Итого: 42,90

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
14,5	20,9	97,3	642,5	0,1	24,6	0,2	69,0	265,5	264,8	7,6

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Липинское № 25

24.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Липинское № 25  
24.09.2021

Завтрак 5-11 класс

пятница 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
295 ТК № 62	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	1/100/8	18,88	255,8
302 ТК № 67	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	5,33	310,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				862,2

Итого: 47,05

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1,мг.	C,мг	A,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
23,7	24,4	124,9	862,2	0,3	27,3	0,1	77,6	86,1	311,1	8,5

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинское № 15  
Ильинское  
 23.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильинское № 15  
 23.09.2021

**Завтрак 5-11 класс**

четверг 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
223	ТК № 78 Запеканка из творога со сгущённым молоком	1/180/60	42,24	648,0
379	ТК № 43 Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	142,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>1001,1</b>

**Итого: 66,84**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1,мг.	C,мг	A,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
43,1	30,2	137,7	1001,1	0,2	22,4	156,0	101,5	573,2	640,0	7,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Лицей № 25

Григорьев  
22.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Лицей № 25  
22.09.2021

Завтрак 5-11 класс

среда 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
173 ТК № 39	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	8,57	210,3
350 ТК № 16	Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженых)	1/200	3,70	110,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				606,4

Итого: 33,51

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1,мг.	C,мг	A,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
11,6	19,3	95,2	606,4	0,2	24,3	0,2	74,5	210,6	263,4	8,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Рисовое № 25

21.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Рисовое № 25  
21.09.2021

Завтрак 5-11 класс

вторник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
237 ТК № 74	Зразы рыбные рубленые ( из минтая)	1/100/7	24,50	220,2
128 ТК № 71	Картофельное пюре	1/180	6,20	141,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				657,6

Итого: **53,54**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		B1,мг.	C,мг	A,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,1	20,9	96,0	657,6	0,3	31,0	0,1	77,8	150,4	311,4	8,3

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинское № 25  
Григорьев И.А.  
 20.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильинское № 25  
 20.09.2021

Завтрак 5-11 класс

понедельник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
190 ТК № 31	Пудинг пшеничный с молоком сгущенным	1/200/40	17,58	431,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				875,0

Итого: 47,62

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
20,6	19,3	74,0	875,0	0,1	221,3	0,4	60,3	251,3	252,3	7,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинское № 25  
Ильинский / Ильинский  
 16.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильинское № 25  
 16.09.2021

Завтрак 5-11 класс

четверг 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.	
224	ТК № 68	Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком	1/180/60	39,02	627,4
382	ТК № 23	Какао с молоком	1/200	5,80	134,0
		Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
		Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:					972,3

Итого: 62,06

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Мг,мг	Са,мг	Р,мг	Fe,мг
32,6	27,5	147,1	972,3	0,3	22,9	104,6	95,3	576,1	575,9	8,0

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ З / ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинич № 25  
Ильинич  
 15.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильинич № 25  
 15.09.2021

Завтрак 5-11 класс

среда 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
204	TK № 17 Макароны отварные с сыром	1/180/36	18,98	170,1
349	TK № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
14	TK № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал:				533,4

Итого: 42,82

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
9,4	17,1	84,3	533,4	0,2	20,0	0,1	26,3	64,1	107,6	6,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ ЗВЯГИНА Е.В.





"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинский № 25  
Звягина Е.В.  
 14.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильинский № 25  
 14.09.2021

**Завтрак 5-11 класс**

вторник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
210	ТК № 9 Омлет натуральный	1/160	22,45	301,8
140	ТК № 10 Свекла тушенная в соусе сметанном	1/60	7,19	41,6
379	ТК № 11 Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	103,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>657,8</b>

**Итого: 54,24**

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		В1, мг.	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
24,4	30,0	70,8	657,8	0,2	27,0	0,2	61,9	205,9	318,3	8,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинский № 25

13.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Ильинский № 25  
13.09.2021

Завтрак 5-11 класс

понедельник 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
174 ТК № 1	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	13,34	252,6
377 ТК № 27	Чай с лимоном*	1/200/7	0,44	49,5
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				642,5

Итого: 42,90

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность,Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
14,5	20,9	97,3	642,5	0,1	24,6	0,2	69,0	265,5	264,8	7,6

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ З / ЗВЯГИНА Е.В. /





"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Школа № 25

10.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Школа № 25  
10.09.2021

Завтрак 5-11 класс

пятница 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
295 ТК № 62	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят	1/100/8	18,88	255,8
302 ТК № 67	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	5,33	310,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				862,2

Итого: 47,05

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
23,7	24,4	124,9	862,2	0,3	27,3	0,1	77,6	86,1	311,1	8,5

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильинский № 25  
Звягина Е.В.  
 09.09.2021

Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильинский № 25  
 09.09.2021

Завтрак 5-11 класс четверг 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
223	ТК № 78 Запеканка из творога со сгущенным молоком	1/180/60	39,44	648,0
379	ТК № 43 Кофейный напиток с молоком	1/200	7,36	142,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				1001,1

**Итого: 64,04**

Пищевые вещ-ва			Энерг ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
43,1	30,2	137,7	1001,1	0,2	22,4	156,0	101,5	573,2	640,0	7,4

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ ЗВЯГИНА Е.В.





"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильиничья № 25  
 08.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильиничья № 25  
 08.09.2021

Завтрак 5-11 класс

среда 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
173	ТК № 39 Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	8,57	210,3
350	ТК № 16 Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	3,70	110,2
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				606,4

Итого: 33,51

Пищевые вещ-ва			Энерг ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		В1,мг	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
11,6	19,3	95,2	606,4	0,2	24,3	0,2	74,5	210,6	263,4	8,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильмары № 25  
 07.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Ильмары № 25  
 07.09.2021

Завтрак 5-11 класс

вторник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или солёные(огурцы)	1/60	3,00	8,1
237 ТК № 74	Зразы рыбные рубленые ( из минтая)	1/100/7	24,50	220,2
128 ТК № 71	Картофельное пюре	1/180	6,20	141,0
349 ТК № 8	Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				657,6

Итого: 53,54

Пищевые вещ-ва			Энерг ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Мг,мг	Са,мг	Р,мг	Fe,мг
20,1	20,9	96,0	657,6	0,3	31,0	0,1	77,8	150,4	311,4	8,3

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
 ДИРЕКТОР ГБОУ СК Школа № 25  
Е.В. Звягина  
 06.09.2021



Меню школьных завтраков  
 на 2021 - 2022 учебный год  
 ГБОУ СК Школа № 25  
 06.09.2021

**Завтрак 5-11 класс**

понедельник 2-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
190 ТК № 31	Пудинг пшеничный с молоком сгущенным	1/200/40	17,58	431,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
15 ТК № 3	Сыр Российский	1/15	7,88	54,5
14 ТК № 2	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
<b>ИТОГО Ккал.:</b>				<b>875,0</b>

**Итого: 47,62**

Пищевые вещ-ва			Энерг.ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Mg,мг	Ca,мг	P,мг	Fe,мг
20,6	19,3	74,0	875,0	0,1	221,3	0,4	60,3	251,3	252,3	7,1

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Ильичинский № 25

03.09.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Ильичинский № 25  
03.09.2021

Завтрак 5-11 класс

пятница 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
71/70 ТК № 4	Овощи натуральные свежие или соленые(огурцы)	1/60	3,00	8,1
289 ТК № 70	Рагу из мяса птицы	1/100/300	27,92	356,6
388 ТК № 21	Напиток из плодов шиповника	1/200	0,92	103,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				678,6

Итого: 49,08

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
27,9	19,9	95,8	678,6	0,2	248,0	28,2	93,0	132,3	312,2	9,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"  
ДИРЕКТОР ГБОУ СК Школа № 25

Звягина Надежда Ильинична  
02.09.2021



Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Школа № 25  
02.09.2021

Завтрак 5-11 класс

четверг 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
224	ТК № 68 Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком	1/180/60	30,09	627,4
382	ТК № 23 Какао с молоком	1/200	5,80	134,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал.:				972,3

Итого: 53,13

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер.вещ-ва			
Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		В1,мг.	С,мг	А,мг	Мг,мг	Са,мг	Р,мг	Fe,мг
32,6	27,5	147,1	972,3	0,3	22,9	104,6	95,3	576,1	575,9	8,0

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ЗВЯГИНА Е.В. /



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Школа № 25

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ГБОУ СК Школа № 25

Грант 18.09.2021

01.09.2021

Меню школьных завтраков  
на 2021 - 2022 учебный год  
ГБОУ СК Школа № 25  
01.09.2021

Завтрак 5-11 класс

среда 1-я неделя

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена	Ккал.
204	ТК № 17 Макароны отварные с сыром	1/180/36	18,98	170,1
349	ТК № 8 Компот из смеси сухофруктов	1/200	2,60	77,4
14	ТК № 2 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	4,00	75,0
	Хлеб Пшеничный	1/50	1,24	116,9
	Яблоко сезонное калиброванное 1шт.	1/200	16,00	94,0
ИТОГО Ккал:				533,4

Итого: 42,82

Пищевые вещ-ва			Энерг. ценность, Ккал	Витамины			Минер. вещ-ва			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
9,4	17,1	84,3	533,4	0,2	20,0	0,1	26,3	64,1	107,6	6,2

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

