

У "СОШ № 4"
Т.Г.Чулкова

на _____ 08.10.2025
по столовой СОШ № 4

№ рец.	Наименование Блюда	Выход. гр.	Цена. руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
13\03	Салат Осенний	60		96,6	0,75	8,99	3,19
374	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,48	7,76	5,35
520	Картофельное пюре с маслом	150		163,5	3,15	6,75	21,9
тк	Хлеб ржан\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
	Итого		100,45	639,1	19,68	24,03	85,99

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
302	Каша геркулесовая	200\10		163	4,8	3	29,2
тк	Масло слив порционно	20		154	20	0,01	8,3
2	Бутерброд с джемом	60		177	1,8	4,65	31,5
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
686	Чай с лимоном	210		60	0,3	0	15,2
	Итого		79,2	672	30,6	8,19	108,35

№ реп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
132	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	220		157,6	8,85	5,92	16,37
13\03	Салат Осенний	60		96,6	0,75	8,99	3,19
374	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,52	7,76	5,15
520	Картофельное пюре с маслом	150		163,5	3,15	6,75	21,9
тк	Хлеб пшен\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
			124,1	796,7	19,68	29,95	102,16

№ рп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
13\03	Салат Осенний	60		161	1,216	14,99	5,32
374	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,52	7,76	5,35
520	Картофельное пюре без молока с маслом раст	150		196,2	3,78	8,1	26,28
тк	Хлеб рж\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
			100,45	736,2	20,816	31,38	92,5

Зав. столовой _____ Демидова Л.В.
Экономист _____ Шумкова А.Р.