



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (СТАРШИЕ) 10,70 руб (без сахара)

с 09 по 14 февраля, с 23 февраля по 28 февраля, с 09 по 14 марта, с 23 по 28 марта 2026 г.

1 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		5,51	5,61	35,90	215,73
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	5,73	7,39	46,74	268,17

2 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	199	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150		4,95	15,39	32,19	235,00
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	5,17	17,17	43,03	287,44

3 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150		2,71	6,00	27,34	158,26
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	2,93	7,78	38,18	210,70

4 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150		3,02	4,60	16,58	112,29
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	3,24	6,38	27,42	164,73

5 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		2,10	5,14	24,14	136,33
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	2,32	6,92	34,98	188,77

6 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		0,35	3,07	18,18	88,08
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	0,57	4,85	29,02	140,52



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (СТАРШИЕ) 10,70 руб (без сахара)

с 16 по 21 февраля, с 02 марта по 07 марта, с 16 по 21 марта 2026 г.

7 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		1,13	4,28	19,39	104,57
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	1,35	6,06	30,23	157,01

8 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		0,35	2,68	17,51	83,80
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	0,57	4,46	28,35	136,24

9 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	150/5		5,51	5,61	35,90	215,73
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	5,73	7,39	46,74	268,17

10 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	199	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150		5,44	15,39	32,19	239,37
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	5,66	17,17	43,03	291,81

11 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150		3,02	4,60	16,58	112,29
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	3,24	6,38	27,42	164,73

12 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		0,35	3,07	18,18	88,08
2011	376	ЧАЙ	200		0,00	0,12	0,24	1,45
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		0,22	1,66	10,60	50,99
Итого за прием пищи:				10,70	0,57	4,85	29,02	140,52