

Утверждаю

Заместитель ООО "Мет-Сиб"



# МЕНЮ

5 - 11 классы  
2 дня 1 неделя

На 21 апреля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак						
Рисово-кабачковый порridge	80гр.		34,63	0,21	2,43	2,70
Сырники овсяные	50гр.		208,28	6,77	18,87	0,33
Каша рисово-пшеничная с грушевыми кружками	210гр.		325,88	11,46	8,12	51,53
Чай с лимонком	230/13 гр.		41,88	0,03		9,67
Всего в завтрак	70гр.		186,34	0,44	0,24	40,51
Обед	88гр.		709,43	22,71	30,18	103,02
Салат из овощей отварной	100гр.		92,80	1,41	4,01	8,28
Пастуший горошек с помидорами и зеленью	200/15/10 гр.		151,85	4,20	7,80	11,30
Тыфляки из говядины с овощами	80/50 гр.		288,03	8,00	8,00	10,00
Макаронные изделия отварные	180гр.		242,28	6,12	8,00	34,21
Каша из овсяных хлопьев	200гр.		132,80	1,15	9,20	47,20
Хлеб бородинский	30гр.		70,14	2,37	0,23	14,43
Хлеб ржаной	30гр.		48,97	1,88	0,21	14,02
Всего в обед	823гр.		1048,80	28,06	29,26	141,21
Полдник						
Пюре из картофеля	100гр.		260,01	8,15	14,13	50,00
Кисель	250гр.		181,34	3,30	0,10	49,70
Всего в полдник	350гр.		441,35	8,45	14,23	99,70
Всего за день			2297,85	60,23	74,23	341,21

Зам. Руководителя

Калькулятор