

Утверждаю

Заведующий ОО



МЕНЮ

5 - 11 классы
3 день 2 недели

На 07 октября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Огурец свежий порционно	40гр.		4,80	0,28	0,04	0,78
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.	122,40	9,55	12,01	2,81	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.	246,49	8,69	6,15	39,07	
Чай с лимоном	200/10гр.	41,60	0,53		9,87	
Батон	70гр.	198,34	6,44	0,64	40,60	
Всего в завтрак	564гр.	613,63	25,49	18,84	93,11	
обед:						
Салат из белокачанной капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картоф. с крупой рисовой с птицей, с зелен.	250/10/3гр.	84,95	1,95	2,67	11,98	
Котлета мясная с соусом	50/50гр.	312,00	8,38	15,02	9,15	
Картофель отварной	180/5гр.	175,55	3,35	0,66	26,56	
Напиток из плодов шиповника	200гр.	58,00	0,40	0,27	17,20	
Хлеб пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	908гр.	893,73	19,46	25,33	102,72	
полдник:						
Булочка с изюмом	110гр.	305,80	8,58	6,73	52,58	
Чай с сахаром	240гр.	48,00	0,63		11,36	
Всего в полдник	350гр.	353,80	9,21	6,73	63,94	
Всего за день		1861,16	54,16	50,90	259,77	

Зав. Производством

Калькулятор