

Организация АО «Школьный комбинат»  
 МЕНЮ для питания учащихся  
 МБОУ школа №

Утверждаю

(подпись директора, ФИО)

Дата

« 17 » сентября 2025 года

Школа

День 3-й

Неделя первая

Отд./корп

День

3

| Прием пищи                             | Раздел        | № рец. | Блюдо                                | Выход, г  | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------------------------------|---------------|--------|--------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак 1-4 классы                     | молочн. блюдо | 181    | Каша жидкая молочная из манной крупы | 210       | 29,56 | 251          | 6,11  | 10,72 | 32,38    |
|                                        | яичное блюдо  | 211    | Омлет с сыром с маслом слив          | 85/5      | 36,93 | 139          | 7,17  | 11,77 | 1,02     |
|                                        | хлеб белый    | ПР     | Хлеб пшеничный                       | 30        | 2,16  | 67,8         | 2,28  | 0,27  | 14,91    |
|                                        | хлеб черный   | ПР     | Хлеб ржано-пшеничный                 | 20        | 1,44  | 64,5         | 2,04  | 0,36  | 13,92    |
|                                        | гор.напиток   | 378    | Чай с молоком                        | 150/50/10 | 7,96  | 81           | 1,52  | 1,35  | 15,9     |
|                                        |               |        | ИТОГО:                               | 550       | 78,05 | 603,3        | 19,12 | 24,47 | 78,13    |
| Завтрак льготные категории 5-11 классы | молочн. блюдо | 181    | Каша жидкая молочная из манной крупы | 210       | 29,56 | 251          | 6,11  | 10,72 | 32,38    |
|                                        | яичное блюдо  | 211    | Омлет с сыром с маслом слив          | 85/5      | 36,93 | 139          | 7,17  | 11,77 | 1,02     |
|                                        | хлеб белый    | ПР     | Хлеб пшеничный                       | 30        | 2,16  | 150,6        | 5,06  | 0,6   | 33,1     |
|                                        | хлеб черный   | ПР     | Хлеб ржано-пшеничный                 | 20        | 1,44  | 71,3         | 2,04  | 0,36  | 15,5     |
|                                        | гор.напиток   | 378    | Чай с молоком                        | 150/50/10 | 7,96  | 81           | 1,52  | 1,35  | 15,9     |
|                                        |               |        | ИТОГО:                               | 550       | 78,05 | 692,9        | 21,9  | 24,8  | 97,9     |
| Обед смена 1-4 классы                  | овощи         | 71     | Овощи по сезону                      | 51        | 8,70  | 98,52        | 1,64  | 4,91  | 8,72     |
|                                        | 1 блюдо       | 99     | Суп из овощей                        | 200       | 8,49  | 76,2         | 1,27  | 3,99  | 7,31     |
|                                        | горячее блюдо | 289    | Рагу из птицы 50/125                 | 175       | 45,14 | 208          | 12,8  | 10,65 | 15,2     |
|                                        | хлеб белый    | ПР     | Хлеб пшеничный                       | 50        | 3,60  | 143,1        | 4,24  | 1,33  | 28,1     |
|                                        | хлеб черный   | ПР     | Хлеб рж-пшеничный                    | 45        | 3,24  | 88,02        | 2,64  | 0,48  | 15,84    |
|                                        | напиток       | 359    | Кисель из сока плодового с сахаром   | 200       | 8,88  | 160          | 0,31  | 0     | 39,4     |
|                                        |               |        | ИТОГО:                               | 720       | 78,05 | 773,84       | 23,3  | 22,59 | 114,57   |

| овощи         | 71      | Овощи по сезону                           | 100  | 4,10   | 101,94  | 2,08  | 6,38  | 14,85  |
|---------------|---------|-------------------------------------------|------|--------|---------|-------|-------|--------|
| 1 блюдо       | 99      | Суп из овощей                             | 250  | 10,61  | 95,25   | 1,59  | 4,99  | 9,15   |
| горячее блюдо | ПР      | Зразы картофельные с печенью              | 180  | 77,41  | 397     | 10,28 | 31,5  | 31     |
| хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                            | 30   | 2,16   | 189     | 5,6   | 1,75  | 37,1   |
| хлеб белый    | ПР      | Хлеб ржано-пшеничн.                       | 40   | 2,88   | 96,6    | 2,43  | 0,25  | 21     |
| напиток       | 389     | Кисель из сока плодового с сахаром        | 200  | 8,88   | 160     | 0,31  | 0     | 39,4   |
|               |         | ИТОГО ЗА ОБЕД:                            | 840  | 106,04 | 1039,79 | 22,29 | 44,87 | 152,50 |
| яичное блюдо  | 211     | Омлет с сыром с маслом слив               | 85/5 | 36,93  | 139     | 7,17  | 11,77 | 1,02   |
|               | 131/133 | Горох овощной отварной/ кукуруза отварная | 60   | 19,63  | 71      | 3,25  | 3,73  | 6,01   |
| хлеб черный   | ПР      | Хлеб рж.-пшеничный                        | 13   | 0,93   | 66,6    | 1,36  | 0,24  | 9,28   |
| хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                            | 25   | 1,80   | 121     | 3,8   | 0,45  | 24,85  |
| напиток       | 377     | Чай с сахаром и лимоном                   | 180  | 3,46   | 62      | 0,13  | 0,02  | 15,2   |
|               |         | Кондитерское изделие                      | 20   | 15,30  | 72      | 1,2   | 6,8   | 12,8   |
|               |         | ИТОГО:                                    | 395  | 78,05  | 531,60  | 16,91 | 23,01 | 69,16  |
| яичное блюдо  | 211     | Омлет с сыром с маслом слив               | 85/5 | 36,93  | 139     | 7,17  | 11,77 | 1,02   |
|               | 131/133 | Горох овощной отварной/ кукуруза отварная | 60   | 19,63  | 71      | 3,25  | 3,73  | 6,01   |
| хлеб черный   | ПР      | Хлеб рж.-пшеничный                        | 13   | 0,93   | 66,6    | 1,36  | 0,24  | 9,28   |
| хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                            | 25   | 1,80   | 121     | 3,8   | 0,45  | 24,85  |
| напиток       | 377     | Чай с сахаром и лимоном                   | 180  | 3,46   | 62      | 0,13  | 0,02  | 15,2   |
|               |         | Кондитерское изделие                      | 20   | 15,30  | 72      | 1,2   | 6,8   | 12,8   |
|               |         | ИТОГО:                                    | 395  | 78,05  | 531,60  | 16,91 | 23,01 | 69,16  |

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО