

Организация АО «Школьный комбинат»

МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа № _____

Утверждаю

(подпись директора, ФИО)

Дата « 20 » января 2026 года

День 7-ой Неделя вторая

Школа

Отд./корп

День

7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	овощи	61	Салат из моркови с яблоками и изюмом	60	7,00	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	43,56	250,8	12,16	14,33	25,6
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	35	2,66	79,1	2,66	0,31	17,4
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	50,6	1,27	0,13	11
	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	62	0,13	0,02	15,2
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	120	12,88	47	0,4	0,4	9,8
				Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8
			ИТОГО:	645	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37
Завтрак 5-11 классов льготной категории	овощи	61	Салат из моркови с яблоками и изюмом	60	7,00	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	43,56	250,8	12,16	14,33	25,6
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	35	2,66	79,1	2,66	0,31	17,4
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	50,6	1,27	0,13	11
	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	62	0,13	0,02	15,2
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	120	12,88	47	0,4	0,4	9,8
				Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8
			ИТОГО:	645	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	52	Салат из свеклы отварной	60	5,26	80,28	1,64	5,05	8,72
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	7,63	119	4,4	4,22	13,23
	горячее блюдо	239/331	Тефтели рыбные	75/25	37,36	169,32	11,01	10,64	12,35
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	22,01	137,25	3,06	4,8	20,44
	хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	2,28	64,4	1,62	1,68	14
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	50	3,80	143,1	4,24	1,33	28,1
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	7,21	114,6	0,16	0,2	27,88
			ИТОГО:	790	85,55	827,95	26,13	27,92	124,72

Обед льготные категории	овощи	52	Салат из свеклы отварной	100	8,77	101,94	2,08	6,38	14,85
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9,50	148,25	5,49	5,27	16,53
	горячее блюдо	229	Рыба тушеная в томате с овощами	75/50	46,02	105	9,75	4,95	3,8
	гарнир	312	Пюре картофельное	180	36,36	164,7	3,68	5,77	24,53
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	5,32	196	5,25	1,75	42
	хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	40	3,04	92	2,8	0,4	19,2
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	7,21	114,6	0,16	0,2	27,88
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	940	116,22	922,49	29,21	24,72	148,79
	овощи	61	Салат из моркови с яблоками и изюмом	60	7,00	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	43,56	250,8	12,16	14,33	25,6
Полдник 1-4 классы	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	35	2,66	79,1	2,66	0,31	17,4
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	50,6	1,27	0,13	11
	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	62	0,13	0,02	15,2
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	120	12,88	47	0,4	0,4	9,8
			Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	645	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37
	овощи	61	Салат из моркови с яблоками и изюмом	60	7,00	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	43,56	250,8	12,16	14,33	25,6
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	35	2,66	79,1	2,66	0,31	17,4
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	50,6	1,27	0,13	11
гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	62	0,13	0,02	15,2	
фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	120	12,88	47	0,4	0,4	9,8	
Полдник 5-11 классы			Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	645	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37
	овощи	61	Салат из моркови с яблоками и изюмом	60	7,00	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	43,56	250,8	12,16	14,33	25,6
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	35	2,66	79,1	2,66	0,31	17,4
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	50,6	1,27	0,13	11
	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	62	0,13	0,02	15,2
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	120	12,88	47	0,4	0,4	9,8
			Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	645	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО