

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

Утверждаю \_\_\_\_\_

(подпись директора, ФИО)

Дата « 23 » января 2026 года

День 10-ый Неделя вторая

Школа \_\_\_\_\_

Отд./корп

День 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	овощи	46	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	7,03	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	290/331	Птица, тушенная в соусе	60/50	56,28	168,3	13,14	11,14	3,87
	гарнир	303	Каша вязкая гречневая	150	11,94	145,5	4,58	5,01	20,52
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	93,6	3,04	0,36	19,88
	хлеб чёрн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	39	2,95	50,6	1,27	0,13	11
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	56	0,2	0	13,6
			ИТОГО:	599	85,55	594,28	23,14	22,36	73,44
Завтрак льготные категории 5-11 классы	овощи	46	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	7,03	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	290/331	Птица, тушенная в соусе	60/50	56,28	168,3	13,14	11,14	3,87
	гарнир	303	Каша вязкая гречневая	150	11,94	145,5	4,58	5,01	20,52
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	93,6	3,04	0,36	19,88
	хлеб чёрн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	39	2,95	50,6	1,27	0,13	11
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	56	0,2	0	13,6
			ИТОГО:	599	85,55	594,28	23,14	22,36	73,44
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	49	Салат витаминный(2 вариант)	60	10,54	98,52	1,02	3	5,07
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	11,00	83	1,44	3,94	8,75
	горячее блюдо	239/331	Тефтели рыбные с соусом сметан с томатом 50/30	80	27,81	114,4	6,2	6	8,8
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	22,01	137,25	3,06	4,8	20,44
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	50	3,80	143,7	4,03	0,48	26,34
	хлеб чёрн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	42	3,18	79,2	2,64	0,48	15,84
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	7,21	114,6	0,16	0,2	27,88
			ИТОГО:	787	85,55	770,67	18,55	18,9	113,12

Обед льготные категории	овощи	49	Салат витаминный(2 вариант)	100	17,26	101,94	2,08	6,38	14,85	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	250/5	13,05	103,75	1,8	4,96	10,93	
	горячее блюдо	239/331	Тефтели рыбные с соусом сметан с томатом	75/30	38,79	169,45	12,41	6,09	16,19	
	гарнир	312	Пюре картофельное	200	29,88	164,7	3,68	5,77	24,53	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	5,32	189	5,6	1,75	37,1	
	хлеб чёрн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	62	4,71	96,6	2,43	0,25	21	
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	7,21	114,6	0,16	0,2	27,88	
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	956	116,22	940,04	28,16	25,4	152,48	
	Полдник 1-4	ломолочный прод	ПР	Кисломолочный напиток	200	42,09	107	5,8	5,0	9,6
	классы льготной категории	мучное изделие	446	Кекс "Столичный"	100	32,74	420	6,09	18,45	57,41
		338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	10,72	47	0,4	0,4	9,8	
			ИТОГО:	400	85,55	527,0	11,89	23,45	67,01	
Полдник 5-11 классы льготной категории	ломолочный про	ПР	Кисломолочный напиток	200	42,09	107	5,8	5,0	9,6	
	мучное изделие	446	Кекс "Столичный"	100	32,74	420	6,09	18,45	57,41	
		338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	10,72	47	0,4	0,4	9,8	
			ИТОГО:	400	85,55	527,0	11,89	23,45	67,01	

Зав. Производством \_\_\_\_\_

ФИО

Мед.работник \_\_\_\_\_

ФИО