

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

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата « 28 » января 2026 года

День 3-ый Неделя первая

Школа _____ Отд./корп _____

День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углевод	
Завтрак 1-4 классы	молочн. блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	31,05	251	6,11	10,72	32,38	
	яичное блюдо	211	Омлет с сыром с маслом	85/2	42,16	139	7,17	11,77	1,02	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	33	2,48	67,8	2,28	0,27	14,91	
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	64,5	2,04	0,36	13,92	
	гор.напиток	378	Чай с молоком	150/50/10	7,58	81	1,52	1,35	15,9	
				ИТОГО:	560	85,55	603,3	19,12	24,47	78,13
Завтрак льготные категории 5-11 классы	молочн. блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	31,05	251	6,11	10,72	32,38	
	яичное блюдо	211	Омлет с сыром с маслом	85/2	42,16	139	7,17	11,77	1,02	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	33	2,48	150,6	5,06	0,6	33,1	
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	71,3	2,04	0,36	15,5	
	гор.напиток	378	Чай с молоком	150/50/10	7,58	81	1,52	1,35	15,9	
				ИТОГО:	560	85,55	692,9	21,9	24,8	97,9
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	46	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	7,03	98,52	1,64	4,91	8,72	
	1 блюдо	99	Суп из овощей	200	9,90	76,2	1,27	3,99	7,31	
	горячее блюдо	289	Рагу из птицы 55/125	180	54,98	208	12,8	10,65	15,2	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	30	2,28	143,1	4,24	1,33	28,1	
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж-пшеничный	24	1,82	88,02	2,64	0,48	15,84	
	напиток	359	Кисель из сока плодового с сахаром	200	9,54	160	0,31	0	39,4	
				ИТОГО:	720	85,55	773,84	23,3	22,59	114,57

	овощи	45	Салат из белокочанной капусты	100	8,91	101,94	2,08	6,38	14,85	
Обед льготные категории	1 блюдо	99	Суп из овощей	250	12,36	95,25	1,59	4,99	9,15	
	горячее блюдо	ПР	Зразы картофельные с печенью	180/6	80,85	397	10,28	31,5	31	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	30	2,28	189	5,6	1,75	37,1	
	хлеб белый	ПР	Хлеб ржано-пшеничн.	30	2,28	96,6	2,43	0,25	21	
	напиток	389	Кисель из сока плодового с сахаром	200	9,54	160	0,31	0	39,4	
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	840	116,22	1039,79	22,29	44,87	152,50	
		яичное блюдо	211	Омлет с сыром с маслом	85/2	42,16	139	7,17	11,77	1,02
	Полдник льготные категории 1-4 классы		131/133	Горох овощной отварной/ кукуруза отварная	60	19,10	71	3,25	3,73	6,01
		хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	35	2,66	66,6	1,36	0,24	9,28
		хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	26,5	2,02	121	3,8	0,45	24,85
напиток		377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	62	0,13	0,02	15,2	
			Кондитерское изделие печенье фасов	1 пачка	15,30	72	1,2	6,8	12,8	
		ИТОГО:	425	85,55	531,60	16,91	23,01	69,16		
Полдник льготные категории 5-11 классы	яичное блюдо	211	Омлет с сыром с маслом	85/2	42,16	139	7,17	11,77	1,02	
		131/133	Горох овощной отварной/ кукуруза отварная	60	19,10	71	3,25	3,73	6,01	
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	35	2,66	66,6	1,36	0,24	9,28	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	26,5	2,02	121	3,8	0,45	24,85	
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	4,31	62	0,13	0,02	15,2	
			Кондитерское изделие печенье фасов	1 пачка	15,30	72	1,2	6,8	12,8	
			ИТОГО:	425	85,55	531,60	16,91	23,01	69,16	

Зав. Производством _____

ФИО

Мед.работник _____

ФИО