

Организация АО «Школьный комбинат»

МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа № _____

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата « 03 » февраля 2026 года

День 7-ий Неделя вторая

Школа _____ Отд./корп _____

День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	овощи	49	Салат витаминный(2 вариант)	60	10,55	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	297/968	Фрикадельки куриные в соусе	120/30	55,74	177,99	8,54	12,85	9,15
	гарнир	303	Каша вязкая гречневая	150	11,94	145,5	4,58	5,01	20,52
	гор. Напиток	376	Чай с сахаром	200/10	1,58	56	0,2	0,02	13,6
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	93,6	3,04	0,36	19,88
	хлеб рж-пшен	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,70	64,5	2,04	0,36	13,92
			ИТОГО:	636	85,55	617,87	19,31	24,32	81,64
Завтрак 5-11 классов льготной категории	овощи	49	Салат витаминный(2 вариант)	60	10,55	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	297/968	Фрикадельки куриные в соусе	120/30	55,74	177,99	8,54	12,85	9,15
	гарнир	303	Каша вязкая гречневая	150	11,94	145,5	4,58	5,01	20,52
	гор. Напиток	376	Чай с сахаром	200/10	1,58	56	0,2	0,02	13,6
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	93,6	3,04	0,36	19,88
	хлеб рж-пшен	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,70	64,5	2,04	0,36	13,92
			ИТОГО:	636	85,55	617,87	19,31	24,32	81,64
Обед 2 смена начальные 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	8,26	119	4,4	4,22	13,23
	горячее блюдо	239/331	Тефтели рыбные с соусом	75/25	34,52	169,32	11,01	10,64	12,35
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	24,03	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	40	3,04	143,1	4,24	1,33	28,1
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	8,16	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 / варной	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	52,65	105	9,75	4,95	3,8	
	гарнир	312	Пюре картофельное	180	28,78	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	8,16	114,6	0,16	0,2	27,88	
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	965	116,22	922,49	29,21	24,72	148,79	
		овощи	61	Салат из моркови с яблоками и изюмом	60	7,14	80,28	0,91	5,72	4,57
	Полдник 1- 4 классы	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	4,36	62	0,13	0,02	15,2	
фрукты		338	Фрукты в ассортименте* яблоко	103	12,69	47	0,4	0,4	9,8	
			Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8	
			ИТОГО:	628	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37	
		овощи	61	Салат из моркови с яблоками и изюмом	60	7,14	80,28	0,91	5,72	4,57
Полдник 5 11 классы льготные категории		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	4,36	62	0,13	0,02	15,2	
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	103	12,69	47	0,4	0,4	9,8	
			Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8	
			ИТОГО:	628	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37	

Зав. Производством _____ /

ФИО

Мед.работник _____ /

ФИО