

МБОУ школа № _____

Утверждаю _____
(подпись директора, ФИО)

Дата « 28 » мая 2026 года Отд./корп _____ День 2
Школа _____

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя 1 День 2

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|-------------------------|-------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|----------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | Суп молочный с крупой овсяной | 250 | 3,71 | 4,47 | 7,68 | 89 | 121 | 23,51 |
| | Масло сливочное (порциями) | 15 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 | 14 | 19,36 |
| | Омлет натуральный | 53/5 | 5,39 | 9,6 | 1,02 | 112 | 210 | 25,40 |
| | Хлеб пшеничный | 41 | 3,28 | 1,02 | 21,73 | 110 | | 3,12 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 22 | 1,27 | 0,24 | 11 | 50,6 | | 1,67 |
| | Какао с молоком | 200 | 4,07 | 3,54 | 17,57 | 118,6 | 382 | 18,41 |
| | Фрукты порцион | 120 | 0,4 | 0,2 | 11,25 | 50,5 | 338/339 | 48,0 |
| | Сок 0,2 тетра | 1 шт | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 | | 29,06 |
| Итого за завтрак | | 905 | 19,2 | 26,32 | 90,58 | 681,5 | | |
| Обед | Овощи порцион | 50/50 | 0,7 | 0,1 | 1,7 | 12 | 71 | 17,75 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250/35 | 4,39 | 3,33 | 18,46 | 127,2 | 104 | 52,67 |
| | Котлеты, биточки рыбные с маслом | 100/5 | 13 | 15,46 | 15,98 | 256 | 234 | 59,41 |
| | Каша рисовая рассыпчатая | 180 | 3,6 | 4,32 | 37,53 | 203,6 | 304 | 18,56 |
| | Хлеб пшеничный | 58 | 4,64 | 1,45 | 30,74 | 156,6 | ПП | 4,41 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,8 | 0,24 | 15,5 | 71,3 | ПП | 2,36 |
| Итого за обед | Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром | 200 | 0,43 | 0 | 39,4 | 160 | 359 | 9,58 |
| | Фрукты порцион | 138 | 0,4 | 0,2 | 11,25 | 50,5 | 338/339 | 55,17 |
| | Йогурт 1 шт. | 100 | 1,9 | 3,2 | 16,5 | 108,1 | | 43,63 |
| Итого за день | | 1849 | 50,06 | 54,62 | 277,64 | 1826,8 | | 432,07 |

Зав. Производством _____ / ФИО

Мед.работник _____ / ФИО