

Организация АО «Школьный комбинат»

МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа № _____

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата

« 26 » мая 2026 года

Школа

День 7-ой

Неделя вторая

Отд./корп _____

День

7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1-4 классы	закуска	ТК	Икра кабачковая (порц)	60	7,51	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	4,36	62	0,13	0,02	15,2	
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	12,32	47	0,4	0,4	9,8	
				Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8
				ИТОГО:	625	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37
	Завтрак 5-11 классы льготной категории	закуска	ТК	Икра кабачковая (порц)	60	7,51	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	4,36	62	0,13	0,02	15,2	
фрукты		338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	12,32	47	0,4	0,4	9,8	
				Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8
				ИТОГО:	625	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37
Обед 2 смена 1-4 классы		закуска	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	34,12	169,32	11,01	10,64	12,35	
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	24,43	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:	780	85,55	827,95	26,13	27,92	124,72

Обед льготные категории	закуска	52	Салат из свеклы отварной	100	8,77	101,94	2,08	6,38	14,85
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	10,29	148,25	5,49	5,27	16,53
	горячее блюдо	229	Рыба тушеная в томате с овощами	75/50	52,89	105	9,75	4,95	3,8
	гарнир	312	Пюре картофельное	180	29,27	164,7	3,68	5,77	24,53
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	50	3,8	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:	945	116,22	922,49	29,21	24,72	148,79
	закуска	ТК	Икра кабачковая (порц)	60	7,51	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	4,36	62	0,13	0,02	15,2
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	12,32	47	0,4	0,4	9,8
			Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	625	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37
	закуска	ТК	Икра кабачковая (порц)	60	7,51	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	4,36	62	0,13	0,02	15,2	
фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	12,32	47	0,4	0,4	9,8	
Полдник 5-11 классы льготные категории			Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	625	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37
	закуска	ТК	Икра кабачковая (порц)	60	7,51	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	4,36	62	0,13	0,02	15,2
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	12,32	47	0,4	0,4	9,8
			Кондитерское изделие вафли	20	12,86	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	625	85,55	641,78	18,73	27,71	96,37