Организация АО «Школьный комбинат»

М Е Н Ю для питания учащихся

МБОУ школа № _____

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата « 09 » ноября 2026 года День 4-ый Неделя первая

Школа Отд./корп День 1

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийн | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак 1-4 классы | горячее блюдо | 223 | Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/50 | 150 | 67,04 | 277,5 | 19,29 | 13,12 | 20,72 |
| | горячий напито | 376 | Чай с сахаром | 200/10 | 1,54 | 60 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| | | 2 | Бутерброд с джемом или повидлом | 20/40 | 8,69 | 170,20 | 2,62 | 4,22 | 30,36 |
| | фрукты | 338 | Фрукты в ассортименте* | 100 | 8,28 | 96 | 1,5 | 0,5 | 21 |
| | | | ИТОГО: | 510 | 85,55 | 603,7 | 23,48 | 17,86 | 87,08 |
| Завтрак льготные категории 5-11 классы | горячее блюдо | 223 | Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/50 | 150 | 67,04 | 277,5 | 19,29 | 13,12 | 20,71 |
| | горячий напито | 376 | Чай с сахаром | 200/10 | 1,54 | 60 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| | | 2 | Бутерброд с джемом или повидлом | 20/40 | 8,69 | 170,18 | 2,61 | 4,22 | 31,34 |
| | фрукты | 338 | Фрукты в ассортименте* | 100 | 8,28 | 47 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| | | | ИТОГО: | 510 | 85,55 | 554,68 | 22,37 | 17,76 | 76,85 |
| Обед 2 смена 1-4 классы | овощи свежие | 45 | Салат из белокочанной капусты | 60 | 6,21 | 51,42 | 1,2 | 3 | 5,07 |
| | 1 блюдо | 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 9,48 | 95 | 2,15 | 2,27 | 13,96 |
| | 2 блюдо | 234 | Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным | 50/2 | 31,83 | 122 | 6,14 | 7,51 | 7,41 |
| | гарнир | 303 | Каша вязкая рисовая | 150 | 11,49 | 154,05 | 2,57 | 4,17 | 26,57 |
| | хлеб черный | ПР | Хлеб рж.-пшеничный | 30 | 2,52 | 69 | 2,1 | 0,3 | 14,4 |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 40 | 3,36 | 112 | 3 | 1 | 24 |
| | напиток | 389 | Сок | 180 | 12,38 | 76,32 | 0,9 | 0 | 18,18 |
| | фрукты | 338 | Фрукты по сезону* | 100 | 8,28 | 96 | 1,5 | 0,5 | 21 |
| | | | ИТОГО: | 812 | 85,55 | 775,79 | 19,56 | 18,75 | 130,59 |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Обед льготные категории | овощи свежие | 45 | Салат из белокочанной капусты | 100 | 10,39 | 101,94 | 2,08 | 6,38 | 14,85 |
| | 1 блюдо | 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 11,83 | 118,25 | 2,69 | 2,84 | 17,46 |
| | 2 блюдо | 234 | Котлеты или биточки рыбные | 100 | 41,88 | 221,8 | 11,16 | 13,65 | 13,47 |
| | гарнир | 312 | Пюре картофельное | 180 | 29,13 | 164,7 | 3,68 | 5,77 | 24,53 |
| | хлеб черн. | ПР | Хлеб рж.-пшеничн. | 40 | 3,36 | 92 | 2,8 | 0,4 | 19,2 |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 70 | 5,88 | 196 | 5,25 | 1,75 | 42 |
| | напиток | 389 | Сок фруктовый | 200 | 13,75 | 84,8 | 1 | 0 | 20,2 |
| | | | ИТОГО: | 940 | 116,22 | 979,49 | 28,66 | 30,79 | 151,71 |
| Полдник льготные категории 1-4 классы | творожное блюдо | 223 | Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/50 | 150 | 67,04 | 277,5 | 19,29 | 13,12 | 20,71 |
| | горячий напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200/10/7 | 4,32 | 60 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| | хлеб белый | ПР | Батон нарезной | 40 | 4,97 | 112 | 3 | 1 | 24 |
| | фрукты | 338 | Фрукты в ассортименте яблоко | 111 | 9,22 | 96 | 1,5 | 0,5 | 21 |
| | | | ИТОГО: | 501 | 85,55 | 545,5 | 23,86 | 14,64 | 80,71 |
| Полдник льготные категории 5-11 классы | творожное блюдо | 223 | Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/50 | 150 | 67,04 | 277,5 | 19,29 | 13,12 | 20,71 |
| | горячий напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200/10/7 | 4,32 | 60 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| | хлеб белый | ПР | Батон нарезной | 40 | 4,97 | 112 | 3 | 1 | 24 |
| | фрукты | | Фрукты в ассортименте* | 111 | 9,22 | 96 | 1,5 | 0,5 | 21 |
| | | | ИТОГО: | 501 | 85,55 | 545,5 | 23,86 | 14,64 | 80,71 |

Зав. Производством _____/ ФИО

Мед.работник _____/ ФИО