Организация АО «Школьный комбинат»

М Е Н Ю для питания учащихся

МБОУ школа № _____

Утверждаю _____

Дата « 11 » ноября 2026 года День 3-ий Неделя первая

Школа Отд./корп День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	горячее блюдо	182	Каша жидкая молочная овсяная	210	35,73	251	6,11	10,72	32,38
	горячее блюдо	210/131	Омлет натуральный с зеленым горошком	80/5/30	43,24	132,38	5,39	9,6	1,02
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,36	112	3	1	24
	хлеб чёрный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,68	46	1,4	0,2	9,6
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/10	1,54	56	0,2	0,02	13,6
			ИТОГО:	585	85,55	597,38	16,1	21,54	80,6
Завтрак льготные категории 5-11 классы	горячее блюдо	182	Каша жидкая молочная овсяная	210	35,73	251	6,11	10,72	32,38
	горячее блюдо	210/131	Омлет натуральный с зеленым горошком	80/5/30	43,24	132,28	5,39	9,6	1,02
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,36	112	3	1	24
	хлеб чёрный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,68	46	1,4	0,2	9,6
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/10	1,54	56	0,2	0,02	13,6
			ИТОГО:	585	85,55	597,28	16,1	21,54	80,6
Обед 1-4 классы 2 смена	овощи	46	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	7,09	80,28	1,64	5,05	8,72
	горячее блюдо	99	Суп картофельный с гречневой крупой	200	7,60	76	1,27	4	7,32
	горячее блюдо	294	Котлеты рубленые из птицы с маслом	90/5	48,60	156	9,52	9,14	8,9
	горячее блюдо	303	Каша вязкая пшеничная Артек	150	10,56	154,05	2,57	4,17	26,57
	хлеб чёрный	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	348	Компот из плодов сушеных	200	5,82	122,2	0,35	0,08	29,85
			ИТОГО:	775	85,55	769,53	20,45	23,74	119,76

Обед льготные категории	овощи	49	Салат витаминный (2 вариант)	100	18,20	101,94	2,08	6,38	14,85
	горячее блюдо	101	Суп картофельный с гречневой крупой	250	9,48	85,75	1,97	2,71	12,11
	горячее блюдо	294	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	100/10	60,38	260	15,85	15,23	14,8
	горячее блюдо	303	Каша вязкая пшеничная Артек	180	11,33	161,1	3,88	5,07	24,98
	хлеб чёрный	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	61	5,13	92	2,8	0,4	19,2
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	5,88	196	5,25	1,75	42
	напиток	348	Компот из плодов сушеных	200	5,82	122,2	0,35	0,07	29,85
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	971	116,22	1018,99	32,18	31,61	157,79
Полдник 1-4 классы	горячее блюдо	219	Сырники со сметаной	100/10	66,03	320	18,88	21,8	12,22
	горячий напиток	382	Какао с молоком	200	19,52	118,6	4,08	3,54	17,58
			ИТОГО	310	85,55	438,6	22,96	25,34	29,8
Полдник 5-11 классы льготные категории	горячее блюдо	219	Сырники со сметаной	100/10	66,03	320	18,88	21,8	12,22
	горячий напиток	382	Какао с молоком	200	19,52	118,6	4,08	3,54	17,58
			ИТОГО	310	85,55	438,6	22,96	25,34	29,8

Зав. Производством _____/ ФИО

Мед.работник _____/ ФИО