

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель _____
И.Ю. Михайлова
Дата 03. 09. 2025г

Согласовано
Директор ОО _____
И.Ю. Михайлова
Дата 02. 09. 2025г

МЕНЮ

03 сентября 2025г

Возрастная категория 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Каша овсяная жид с изюмом	200	27-01	6,48	10,08	33,34	236,84
Масло слив(порциями)	15	16-04	0,19	9,22	0,26	84,9
Хле пшеничный формовой	60	4-26	4,5	1,74	29,4	119,4
Чай с сахаром(1вар)	200	1-24	0,6	0,00	14,1	58,72
Фрукты свежие(яблоки)	150	13-34	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого	625	61-90	12,37	21,64	91,8	570,36
ОБЕД						
Овощи свежие(огурец)	100	14-34	0,8	0,1	2,5	14,0
Суп картоф с бобовыми	250	23-20	4,95	3,75	24,4	138,47
Гуляш изотвар говядины	120	110-25	20,59	19,55	5,17	273,74
Каша гречневая рассыпчатая	180	6-45	4,95	3,69	25,36	145,57
Хле пшеничный формовой	60	4-26	4,5	1,74	29,4	119,4
Хлеб ржаной	60	5-70	3,96	0,72	20,04	104,4
Сок фруктовый	200	12-42	1,0	0,0	16,0	84,44
Итого	970	176-62	40,75	29,55	122,07	879,02
ПОЛДНИК						
Сырники из творога запеч	120	74-98	12,76	8,53	21,86	231,58
Соус яблочный(из св яблок)	50	2-00	0,05	0,05	7,45	33,26
Молоко кипяченое	200	23-43	5,8	5,0	9,4	96,0
Итого		100-41				
УЖИН						
Запеканка картоф с печенью	120	22-10	7,81	4,21	18,00	149,56
Рис с луком и морковью	180	6-78	3,38	5,22	34,88	182,63
Хле пшеничный формовой	60	4-26	4,5	1,74	29,4	119,4
Хлеб ржаной	60	5-70	3,96	0,72	20,04	104,4
Компот из смеси сухофрукт	180	2-77	0,05	0,0	11,59	44,12
Итого	600	41-61	18,4	11,19	110,91	575,18
2 УЖИН						
Кисло мол (Кефир 2,5%)	200	26-79	5,8	5,0	8,0	106,0
Итого	200	26-79	5,8	5,0	8,0	106,0