



СОГЛАСОВАНО:
 Директор МБОУ *Татьяна Ивановна Сош*
Ирина Геннадьевна

МЕНЮ
 на *3 марта* 2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛЛИ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											110,06	125,09
Каша "Дружба"	180	250	6,30	8,79	6,91	9,60	36,09	50,12	229,37	318,50		
Соус ягодный	20	20	0,02	0,02	0,04	0,04	8,81	8,81	35,62	35,62		
Кофейный напиток злаковый на молоке/ Чай	200	200	3,79	3,79	3,40	3,40	19,47	19,47	126,86	126,86		
Сахар порционный	200/5	200/5	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	5,00	19,95	19,95		
Йогурт фруктовый	125	125	3,50	3,50	3,13	3,13	14,88	14,88	97,50	97,50		
Хлебная корзина	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20		
Итого за завтрак:	585	655	18,14	20,60	15,22	17,91	110,09	124,12	646,56	735,76		
Обед											177,42	204,40
Помидоры	20	35	0,22	0,39	0,04	0,07	0,76	1,33	4,80	8,40		
Капуста пекинская	20	35	0,30	0,53	0,04	0,07	0,40	0,70	3,20	5,60		
Огурцы свежие	20	35	0,16	0,28	0,02	0,04	0,50	0,88	2,80	4,90		
Масло растительное	8	8	0,00	0,00	7,99	7,99	0,00	0,00	71,92	71,92		
Борщ с капустой и картофелем	200	250	1,65	2,07	2,42	3,03	10,13	12,66	69,03	86,29		
Говядина по- мексикански	90	100	12,77	14,19	11,19	12,43	9,47	10,52	202,47	224,97		
Гречка отварная рассыпчатая	150	180	6,63	7,95	2,97	3,56	29,99	35,99	172,92	207,50		
Компот вишневый/ компот из плодов сухих	200	200	0,16	0,16	0,04	0,04	16,11	16,11	66,26	66,26		
Хлебная корзина	80	80	5,24	5,24	1,60	1,60	40,32	40,32	197,60	197,60		
Итого за обед:	788	923	27,13	30,80	26,31	28,83	107,67	118,50	791,00	873,44		
Полдник											60,00	
Хлопья кукурузные	50		1,52		1,80		16,90		79,00			
Молоко	150		5,80		3,20		9,60		107,00			
Фрукты свежие по сезону	100		0,40		0,40		9,80		44,40			
Итого за полдник:	300		7,72		5,40		36,30		230,40			
Итого за день			53,0	51,4	46,9	46,7	254,1	242,6	1668,0	1609,2		

Зав.Производством (повар) *Исмаилова Т.Р.*
 Социальный педагог *Кередица Т.В. Т.В.*
 Медицинский работник *Трашкова А.А. Т.В.*