

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №1" *И. В. Андреева*



МЕНЮ
на 18 сентября 2025г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛ		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
Хлопья сладкие с молоком	150	250	6,95	11,58	3,63	6,09	49,46	82,43	247,84	413,07		
Сыр полутвердый	15	15	3,48	3,48	4,43	4,43	0,00	0,00	54,60	54,60		
Кофейный напиток 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		
Хлебная корзина	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20		
Фрукты по сезонности	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,0	47,00		
Печенье	20	40	1,50	3,00	1,96	3,92	14,88	29,76	83,40	166,80		
Итого за завтрак:	545	665	20,62	26,75	15,58	19,97	124,40	172,30	716,90	965,53		
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 свежая/ горошек консервированный	20	35	0,36	0,63	0,02	0,04	0,94	1,65	5,60	9,80		
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		
Суп картофельный с рисом	200	250	1,43	1,79	2,97	3,71	12,16	15,20	79,79	99,73		
Котлеты рубленые говядина/ Котлеты рыбные	90/ 100	100/ 125	13,42/ 12,5	14,92/ 15,63	12,60/ 14,00	14,0/ 17,5	11,58/ 10,50	12,87/ 13,13	213,25/ 214,50	236,95/ 268,12		
Картофель отварной с зеленью	150	180	3,13	3,76	5,56	6,67	24,86	29,83	162,27	194,72		
Кисель из смородина/ компот из кураги	200	200	0,17/ 0,83	0,17/ 0,83	0,06/ 0,05	0,06/ 0,05	26,07/ 16,15	26,07/ 16,15	105,62/ 69,04	105,62/ 69,04		
Хлебная корзина	80	80	5,24	5,24	1,60	1,60	40,32	40,32	197,60	197,60		
Итого за обед:	798	948	23,87	28,54	32,25	37,67	106,19	118,48	808,31	924,24		
Полдник											60,00	
Биточки манные с	150		3,39		5,27		45,50		240,00			
Сок фруктовый	200		10,00		0,00		20,00		84,00			
Итого за полдник:	350		13,39		5,27		65,50		324,00			
Итого за день		1613	57,9	55,3	53,1	57,6	296,1	290,8	1 849,2	1 889,8		

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

Исмаилова Т. Р.
Нерсисян Т. В.
Громова Н. А.