

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

И.О. *Ирина* *И.В. Жуфрисва*



День 5

МЕНЮ
на 19 сентября 2025г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		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
Омлет	160	210	16,71	21,93	17,98	23,59	3,12	4,10	241,14	316,49		
Фрукты по сезонности	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,0	47,00		
Какао на молоке/чай	200	200	3,55	3,55	3,35	3,35	20,43	20,43	127,0	127,00		
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		
Масло (порциями)	10	10	0,08	0,08	8,25	8,25	0,08	0,08	74,80	74,80		
Итого за завтрак:	530	600	25,24	31,96	31,72	37,92	64,28	75,53	647,14	774,89		
Обед											177,42	204,40
Огурцы соленые	20	35	0,16	0,28	0,02	0,04	0,34	0,60	2,60	4,55		
Свекла отварная	20	35	0,31	0,55	0,02	0,04	1,84	3,23	8,80	15,41		
Морковь свежая/ Кукуруза консервированная	20	35	0,26	0,46	0,02	0,04	1,38	2,42	7,00	12,25		
Масло растительное	8	8	0,00	0,00	7,99	7,99	0,00	0,00	71,92	71,92		
Суп гороховый	200	250	10,23	12,78	4,28	5,35	22,11	27,64	159,09	198,86		
Пельмени отварные	240	280	22,82	26,62	29,66	34,60	48,80	56,93	447,41	521,98		
Сок/ Компот вишневый	200	200	1,0/	1,0/	0,20/	0,20/	20,20/	20,20/	92,0/	92,0/		
Хлебная корзина	80	80	5,24	5,24	1,60	1,60	40,32	40,32	197,60	197,60		
Итого за обед:	788,0	923	39,18	46,09	43,63	49,69	130,90	147,23	960,68	1088,82		
Полдник											60,00	
Запеканка морковная с творогом с сгущенным	150/20		14,50		15,94		29,56		315,00			
Чай	200		0,00		0,00		5,99		23,98			
Итого за полдник:	370		14,50		15,94		35,55		338,98			
Итого за день		1523	78,9	78,1	91,3	87,6	230,7	222,8	1946,8	1863,7		

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

Исмаилов Т.Д.
Недосудина Т.В. Т.А.
Туркина Н.А. Тур