Утверждаю:
/ Директор школы: Бучнева Л.Н.

Меню

на 12 октября 2026 года

Наименование блюд	Ед. изм.	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
завтрак 1-4 классы							
Рис отварной	г	180	**14,46**	4,32	5,78	43,74	244,2
Котлета домашняя	г	90	**49,09**	14,02	25,46	7,32	314,5
Соус красный основной	г	20	**2,67**	0,43	0,44	1,73	12,7
Чай с лимоном и сахаром	г	200	**4,50**	0,25	0,05	2,97	13,4
Хлеб	г	30	**3,06**	2,28	0,24	14,76	70,3
ИТОГО		520	**73,78**	21,30	31,97	70,52	655,10
,завтрак 5-11 классы (льготное питание)							
Рис отварной	г	200	**16,06**	4,81	6,41	48,59	271,4
Котлета домашняя	г	100	**54,55**	15,57	28,28	8,13	349,4
Соус красный основной	г	20	**2,67**	0,43	0,44	1,73	12,7
Чай с лимоном и сахаром	г	200	**4,50**	0,25	0,05	2,97	13,4
Хлеб	г	30	**3,06**	2,28	0,24	14,76	70,3
ИТОГО		550	**80,84**	23,34	35,42	76,18	717,2
ОВЗ завтрак (1-4 классы)							
сыр твердых сортов в нарезке	г	30	**16,09**	6,96	8,85	0,00	107,50
Каша вязкая молочная овсяная	г	200	**16,46**	8,59	11,26	34,28	272,80
компот из изюма	г	200	**6,86**	0,43	0,09	18,34	75,90
Фрукт (мандарин)	г	70	**13,30**	0,56	0,14	5,25	24,5
хлеб	г	30	**3,99**	2,28	0,24	14,76	70,30
ИТОГО		530	**56,70**	18,82	20,58	72,63	551,00
ОВЗ обед (1-4 классы)							
суп гороховый	г	250	**7,98**	6,33	3,20	18,21	127
Рис отварной	г	200	**16,06**	4,81	6,41	48,59	271,4
Котлета домашняя	г	100	**54,55**	15,57	28,28	8,13	349,4
Соус красный основной	г	20	**2,67**	0,43	0,44	1,73	12,7
Чай с лимоном и сахаром	г	200	**4,50**	0,25	0,05	2,97	13,4
хлеб	г	60	**6,12**	3,96	0,72	23,76	117,4
ИТОГО		830	**91,88**	31,35	39,1	103,39	891,3
ОВЗ завтрак (5-11 классы)							
сыр твердых сортов в нарезке	г	30	**16,09**	6,96	8,85	0,00	107,50
Каша вязкая молочная овсяная	г	200	**16,46**	8,59	11,26	34,28	272,80
компот из изюма	г	200	**6,86**	0,43	0,09	18,34	75,90
Фрукт (мандарин)	г	100	**19,00**	0,80	0,20	7,50	35,00
хлеб	г	30	**3,99**	2,28	0,24	14,76	70,30
ИТОГО		560	**62,40**	19,06	20,64	74,88	561,50
ОВЗ обед (5-11 классы)							
суп гороховый	г	250	**7,98**	6,33	3,20	18,21	127
Рис отварной	г	200	**16,06**	4,81	6,41	48,59	271,4
Котлета домашняя	г	100	**54,55**	15,57	28,28	8,13	349,4
Соус красный основной	г	20	**2,67**	0,43	0,44	1,73	12,7
Чай с лимоном и сахаром	г	200	**4,50**	0,25	0,05	2,97	13,4
хлеб	г	60	**6,12**	3,96	0,72	23,76	117,4
ИТОГО		830	**91,88**	31,35	39,1	103,39	891,3
Обед 5-11 классы (платное питание)							
суп гороховый	г	250	**7,98**	6,33	3,20	18,21	127
Рис отварной	г	200	**16,06**	4,81	6,41	48,59	271,4
Котлета домашняя	г	100	**54,55**	15,57	28,28	8,13	349,4
Соус красный основной	г	20	**2,67**	0,43	0,44	1,73	12,7
Чай с лимоном и сахаром	г	200	**4,50**	0,25	0,05	2,97	13,4
Злаковый батончик	г	40	**18,00**	2,18	5,16	24,28	154,8
хлеб	г	30	**3,06**	2,28	0,24	14,76	70,3
ИТОГО		840	**106,82**	31,85	43,78	118,67	999
ДОПОЛНИТЕЛЬНО:							
Сдоба	г	50	**31,00**	4,05	2,65	21,45	149,80
Каша вязкая молочная овсяная	г	200	**16,46**	8,59	11,26	34,28	272,80
Капуста тушеная	г	200	**21,41**	4,8	6,3	19,47	151,42
рыба тушеная в томате с овощами(кета)	г	100	**118,79**	16,27	11,3	6,29	191,91
сыр твердых сортов в нарезке	г	15	**7,78**	3,27	3,89	0	48,13