



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 26 " 02 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
70	Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,00
279/331	Тефтеля из говядины (2 вариант) с соусом	90/30	10,75	11,19	12,40	192,97
303	Каша вязкая пшеничная	150	4,00	4,25	24,58	152,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	570	21,58	19,04	74,42	534,91
	Обед 129,53 руб					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,99	2,47	9,76	43,73
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
290/331	Птица, тушенная в соусе	100	11,65	11,66	3,51	166,00
309	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,52	26,45	168,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	890	27,35	25,00	117,10	760,37
	Всего за день	1460	48,93	44,04	191,52	1295,28

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 26 " 02 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
70	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	10,00
279/451	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом	110/30	15,66	17,50	20,50	302,00
303	Каша вязкая пшеничная	180	4,81	5,10	29,50	183,06
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	670	29,39	26,91	97,47	729,03
	Обед 151,10 руб					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	14,59	72,90
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
290/330	Птица, тушенная в соусе	125	16,60	13,55	3,63	202,50
309	Макаронные изделия отварные	180	6,63	5,42	31,77	202,34
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	1075	37,57	31,29	149,65	962,09
	Всего за день	1745	66,96	58,20	247,11	1691,12

Зав.произв

Приятного аппетита