



«СОГЛАСОВАНО»
 Генеральный директор
 ООО "НЕКТАР"
 Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»
 ИП ОРЛОВ
 по доверенности
 №10-2025-К от 22.12.25г
 Кравченко Т.Н.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 07 " 04 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
м	Запеканка из творога с изюмом	150	26,52	23,13	31,68	440,90
ПР	Молоко сгущенное	20	1,50	0,04	11,36	52,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
	Итого	510	36,05	28,44	89,12	758,97
	Обед 129,53 руб					
67	Винегрет овощной (лук зеленый)	60	0,83	6,01	3,93	73,19
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
289	Рагу из птицы	175	16,58	15,47	20,06	286,44
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
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	715	26,22	27,60	105,65	752,87
	Всего за день	1225	62,27	56,04	194,76	1511,84

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 07 " 04 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
223	Запеканка из творога с изюмом	200	35,54	30,99	42,45	590,81
ПР	Молоко сгущенное	20	1,50	0,04	11,36	52,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
	Итого	560	45,07	36,30	99,89	908,88
	Обед 151,10 руб					
67	Винегрет овощной	100	1,39	10,02	6,55	122,00
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,98
289	Рагу из птицы	230	21,74	20,29	26,30	375,52
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
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	900	35,52	38,31	137,36	995,85
	Всего за день	1460	80,59	74,61	237,25	1904,73

Зав.произв

Приятного аппетита