



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 08 " 04 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
52	Салат из отварной свеклы	60	0,85	3,61	9,92	55,67
279/331	Тефтеля из говядины (2 вариант) с соусом	90/30	10,75	11,19	12,40	192,97
303	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,00	20,52	145,00
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	22,52	23,34	79,26	577,58
	Обед 129,53 руб					
21	Салат из сол. огурцов с луком зел.	60	0,51	3,03	1,55	35,45
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	175	15,24	13,49	15,05	242,67
342	Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,00
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	815	24,12	23,03	101,66	689,76
	Всего за день	1385	46,64	46,37	180,92	1267,34

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 08 " 04 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
52	Салат из отварной свеклы	100	1,41	6,01	16,52	92,80
279/451	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом	110/30	15,66	17,50	20,50	302,00
303	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,65	174,78
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,67	70,32
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	680	30,20	32,80	108,97	790,24
	Обед 151,10 руб					
21	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,85	5,05	2,58	59,10
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
342	Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,00
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	995	32,30	30,75	129,27	884,45
	Всего за день	1675	62,50	63,55	238,24	1674,69

Зав.произв

Приятного аппетита

1н среда
март-май