



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 23 " 04 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
291	Плов из птицы	180	15,25	9,42	32,16	274,80
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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	540	20,73	11,37	86,98	516,77
	Обед 129,53 руб					
40	Салат картофельный с морковью и зел. горошком	60	1,64	4,24	5,73	67,61
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,60
268	Биточек из говядины с маслом	90/5	14,82	18,88	12,83	283,20
321	Капуста тушеная	150	3,09	4,85	24,51	113,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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	785	29,24	32,20	117,29	817,85
	Всего за день	1325	49,97	43,57	204,27	1334,62

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 23 " 04 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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	585	24,55	13,73	95,02	585,47
	Обед 151,10 руб					
40	Салат картофельный с морковью и зел. горошком	100	2,74	7,07	9,55	112,70
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек из говядины с маслом сливочным	100/10	15,84	22,54	13,22	322,00
321	Капуста тушеная	180	3,72	5,83	29,41	135,31
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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	960	35,70	41,09	150,36	1030,61
	Всего за день	1545	60,25	54,82	245,38	1616,08

Зав.произв

Приятного аппетита