

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МАОУ «СОШ № 1»

НИКОЛАЕВА Т.Л.

МЕНЮ НА 26 ФЕВРАЛЯ 2026 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

|                            | цена.руб. | выход.гр. | белки        | жиры         | углеводы     | энергет. ценн.,ккал. |
|----------------------------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|----------------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ             | 10,5      | 10        | 0,05         | 7,25         | 0,08         | 66                   |
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 26,68     | 245/11    | 13,72        | 13,91        | 33,66        | 314                  |
| ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ      | 7,13      | 200       | 0,34         | 0,02         | 24,53        | 95                   |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 4,69      | 50        | 3,8          | 0,4          | 24,3         | 119                  |
| <b>ИТОГО</b>               | <b>49</b> |           | <b>17,91</b> | <b>21,58</b> | <b>82,57</b> | <b>594</b>           |

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

|                            |           |        |              |              |           |            |
|----------------------------|-----------|--------|--------------|--------------|-----------|------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ             | 10,5      | 10     | 0,05         | 7,25         | 0,08      | 66         |
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 38,68     | 285/20 | 15,85        | 15,07        | 39,09     | 355        |
| ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ      | 7,13      | 200    | 0,34         | 0,02         | 24,53     | 95         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 4,69      | 50     | 3,8          | 0,4          | 24,3      | 119        |
| <b>ИТОГО</b>               | <b>61</b> |        | <b>20,04</b> | <b>22,74</b> | <b>88</b> | <b>635</b> |

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

|                                     |            |            |              |              |               |            |
|-------------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 20,25      | 60.        | 0,7          | 6,42         | 2,74          | 71         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ            | 14,73      | 200/5      | 3,12         | 1,96         | 15,3          | 94         |
| ГУЛЯШ                               | 48,77      | 100(50/50) | 10,64        | 14,09        | 2,89          | 181        |
| РИС ОТВАРНОЙ                        | 13,05      | 150        | 3,6          | 9            | 35,7          | 238        |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ                | 8,91       | 200        | 0,2          | 1,16         | 27,88         | 115        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                | 4,29       | 60         | 4,5          | 0,9          | 25,8          | 126        |
| <b>ИТОГО</b>                        | <b>110</b> |            | <b>22,76</b> | <b>33,53</b> | <b>110,31</b> | <b>825</b> |

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

|                                     |            |            |              |              |               |            |
|-------------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 26,7       | 100        | 1,16         | 10,07        | 4,57          | 114        |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ            | 17,67      | 250/5      | 3,71         | 2,55         | 20,04         | 121        |
| ГУЛЯШ                               | 48,77      | 100(50/50) | 10,64        | 14,09        | 2,89          | 181        |
| РИС ОТВАРНОЙ                        | 15,66      | 180        | 4,58         | 10,8         | 42,84         | 275        |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ                | 8,91       | 200        | 0,2          | 1,16         | 27,88         | 115        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                | 4,29       | 60         | 4,5          | 0,9          | 25,8          | 126        |
| <b>ИТОГО</b>                        | <b>122</b> |            | <b>24,79</b> | <b>39,57</b> | <b>124,02</b> | <b>932</b> |

**ПОЛДНИК**

|                          |           |     |              |            |              |            |
|--------------------------|-----------|-----|--------------|------------|--------------|------------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ      | 15,34     | 75  | 8,46         | 7,34       | 31,9         | 229        |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         | 11,73     | 200 | 1,04         | 0          | 30,96        | 123        |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ) | 22,93     | 121 | 1,09         | 0,36       | 9,8          | 48         |
| <b>ИТОГО</b>             | <b>50</b> |     | <b>10,59</b> | <b>7,7</b> | <b>72,66</b> | <b>400</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТИМОФЕЕВА Л.М.  
ЕГОРОВА И. И.