

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МАОУ «СОШ № 1»
НИКОЛАЕВА Т.Л.

МЕНЮ НА 1 ОКТЯБРЯ 2026 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет.ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	26,64	245/11	13,72	13,91	33,66	314
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	7,17	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		17,91	21,58	82,57	594

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	38,64	285/20	15,85	15,07	39,09	355
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	7,17	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	61		20,04	22,74	88	635

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	3,5	60.	0,93	3,05	5,65	53
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОИ	23,35	200/10	3,12	1,96	15,3	94
ГУЛЯШ	54,62	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
РИС ОТВАРНОЙ	14,26	150	3,6	9	35,7	238
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	9,98	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		22,99	30,16	113,22	807

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	5,83	100	1,55	5,08	9,42	88
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОИ	30,17	250/14	3,71	2,55	20,04	121
ГУЛЯШ	54,62	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
РИС ОТВАРНОЙ	17,11	180	4,58	10,8	42,84	275
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	9,98	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		25,18	34,58	128,87	906

ПОЛДНИК						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	15,36	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	15,41	200	1,04	0	30,96	123
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	19,23	83	0,75	0,17	6,72	33
ИТОГО	50		10,25	7,51	69,58	385

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТИМОФЕЕВА Л.М.
ЕГОРОВА И. И.