

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 19 ОКТЯБРЯ 2026 ГОДА

энергет.

цена.руб. выход.гр. белки жиры углеводы ценн.,ккал.

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	26,71	245/11	15,09	13,92	38,82	340
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	7,1	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		19,28	21,59	87,73	620

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	38,71	285/20	17,35	16,45	44,87	397
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	7,1	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	61		21,54	24,12	93,78	677

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	9,82	60	0,66	3,62	2,26	44
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯС	19,82	200/9	5,9	3,11	15,98	118
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	54,66	100(50/50)	12,3	3,4	5,2	101
РИС ОТВАРНОЙ	14,26	150	3,6	9	35,7	238
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	7,15	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		27,16	20,07	110,67	727

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	16,36	100	1,1	6,03	3,77	73
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯС	22,43	250/9	7,08	3,62	19,96	147
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	54,66	100(50/50)	12,3	3,4	5,2	101
РИС ОТВАРНОЙ	17,11	180	4,58	10,8	42,84	275
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	7,15	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		29,76	24,79	123,3	822

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	7,35	100	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	27,93	200	1,4	0,2	26,4	120
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	14,72	62	0,56	0,12	5,02	25
ИТОГО	50		9,4	13,48	92,32	537

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТИМОФЕЕВА Л.М.
ЕГОРОВА И.И.