

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 57
Зубачева М.Ю.



МЕНЮ

25 ноября

2025 г.

Возрастная категория от 12 лет

7 День

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Углевод ы
ЗАВТРАК						
Овощи натуральные (огурцы конс)	100	18,15	0,83	0	3,33	16
Рыба жареная (запеченая)	100	88,24	13,89	13,45	4	192,7
Рагу из овощей	180	30,66	13,03	18,84	24,74	243,4
Компот из смеси сухофруктов	200	3,99	0,08	0	21,8	87,6
Фрукты свежие (яблоко)	150	14,44	0,39	0	12,6	52
Хлеб пшеничный	45	3,42	1,58	0,2	9,66	47
Хлеб ржаной	35	2,8	1,32	0,24	6,68	34,8
Итого:	810	161,7	31,12	32,73	82,81	673,6
ОБЕД						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	16,17	1,65	4,12	7,29	72,9
Щи из свежей капусты с картофелем и	255	17,08	1,89	5,95	8,07	100,1
Азу	225	150,33	24,18	19	42,95	331,8
Какао с молоком	200	13,82	4,08	3,54	17,58	118,6
Хлеб пшеничный	60	4,56	3,16	0,4	19,32	94
Хлеб ржаной	44	3,52	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого:	884	205,48	36,94	33,37	105,23	769,5