

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 57
Зубачева М.Ю.

МЕНЮ

25 ноября

2025 г.

Возрастная категория 7 - 11 лет

7 день

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК						
Овощи натуральные (огурцы конс)	60	10,89	0,5	0	2	9,6
Рыба жареная (запеченая)	90	79,42	13,6	13,8	2,7	190,8
Рагу из овощей	150	25,49	3,45	7,65	16,05	145,5
Компот из смеси сухофруктов	200	3,99	0,08	0	21,8	87,6
Фрукты свежие (яблоко)	150	14,4	0,39	0	12,6	52
Хлеб пшеничный	20	1,52	1,52	0,16	9,84	46,88
Хлеб ржаной	20	1,6	1,32	0,24	7,92	34,16
Итого:	690	137,31	20,86	21,85	72,91	566,5
ОБЕД						
Салат из свеклы с зеленым горошком	60	9,7	1,08	3,6	6,36	62,4
Щи из свежей капусты с картофелем и	205	16,95	2	4,3	10	88
Азу	200	147,72	15,79	15,75	16,64	263,8
Какао с молоком	200	13,82	4,08	3,54	17,58	118,6
Хлеб пшеничный	40	3,04	3,04	0,32	19,68	93,76
Хлеб ржаной	30	2,4	1,98	0,36	11,88	51,24
Итого:	735	193,63	27,97	27,87	82,14	677,8