

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директора МБОУ СОШ №1

Русских, Д.Н.  
09.02.2026г.



**МЕНЮ**  
**12 февраля**

2026г.

*Возрастная категория 7 - 11 лет*

4 день

| Наименование блюда                      | Масса порций | Цена, руб. | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-----------------------------------------|--------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                                         |              |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| ЗАВТРАК                                 |              |            |                  |       |          |                         |
| Овощи натуральные (огурцы конс.)        | 60           | 11         | 0,5              | 0     | 2        | 10,8                    |
| Фрикадельки рыбные с соусом             | 90           | 15,29      | 7,21             | 2,46  | 6,84     | 78,75                   |
| Картофельное пюре                       | 150          | 20,26      | 3,1              | 6,9   | 26,2     | 180                     |
| Сок фруктовый                           | 200          | 12,72      | 1                | 0     | 24,4     | 101,6                   |
| Хлеб пшеничный                          | 20           | 1,6        | 1,52             | 0,16  | 9,84     | 46,88                   |
| Хлеб ржаной                             | 20           | 1,83       | 1,32             | 0,24  | 7,92     | 34,16                   |
| Итого:                                  | 540          | 62,7       | 14,65            | 9,76  | 77,2     | 552,19                  |
| ОБЕД                                    |              |            |                  |       |          |                         |
| Салат из свеклы отварной                | 60           | 4,5        | 0,84             | 3,61  | 4,95     | 55,68                   |
| Суп картофельный с крупой               | 200          | 10,24      | 1,58             | 2,17  | 19,69    | 116,4                   |
| Биточки из говядины                     | 90           | 69,77      | 10               | 7,4   | 19,9     | 289,8                   |
| Макаронные изделия отварные             | 150          | 10,9       | 5,1              | 9,1   | 34,2     | 144,5                   |
| Кофейный напиток с молоком              | 200          | 13,88      | 3,6              | 2,7   | 28,3     | 151,8                   |
| Хлеб пшеничный                          | 40           | 3,2        | 3,04             | 0,32  | 19,68    | 93,76                   |
| Хлеб ржаной                             | 30           | 2,75       | 1,98             | 0,36  | 11,88    | 51,24                   |
| Итого:                                  | 770          | 115,24     | 26,14            | 25,66 | 138,6    | 903,18                  |
| ПОЛДНИК                                 |              |            |                  |       |          |                         |
| Кисломолочный напиток (йогурт)          | 200          | 63,76      | 5,6              | 6,4   | 7,6      | 110                     |
| Сырники из творога со сгущенным молоком | 150          | 74,59      | 20,04            | 5,3   | 29,3     | 248,6                   |
| Итого:                                  | 350          | 138,35     | 25,64            | 11,70 | 36,90    | 358,60                  |

Повар: Бохан Л.Д. 