

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБОУ СОШ №1

Русских Л.Н.

02.02.2026

МЕНЮ

06 февраля 2026

Возрастная категория 7 - 11 лет

10 день

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Бутерброд с сыром	50	29,7	5,80	8,30	14,83	157,00
Каша молочная рисовая	200	22,55	5,71	10,33	40,90	280,00
Фрукты свежие (апельсины)	165	40,2	1,48	0,33	13,28	70,52
Чай с лимоном	200	4,15	0,20	0,00	16,00	65,00
Итого:	615	96,60	13,19	18,96	85,01	572,52
ОБЕД						
Овощи натуральные (помидоры конс.)	60	11	0,5	0	2	10,8
Борщ со сметаной	205	24,31	1,53	6	18,5	81,55
Рыба жареная (запеченая)	90	69,19	13,6	13,8	2,7	190,8
Рагу из овощей	150	25,7	3,45	7,65	16,05	145,5
Сок фруктовый	200	12,72	1	0	24,4	101,6
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:	775	148,87	25,1	28,13	95,21	740,7
ПОЛДНИК						
Сырники из творога со сгущенным молоком	150	74,59	20,04	5,3	29,3	248,6
Кисломолочный напиток (йогурт)	200	63,76	5,6	6,4	7,6	110
Хлеб пшеничный	20	1,6	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:	370	139,95	27,16	11,86	46,74	405,48

Повар: Бохан Л.Д. 