



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

А.И.Власова



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Союз-К»

Д.Г.Киселев

2026г.

Ежедневное меню

7 день «\_03\_» марта 2026г.

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                                                                               |              |                  |         |             |                               |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                     | 180          | 5,70             | 9,80    | 41,20       | 284,50                        |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416                                                                                                  | 180          | 4,10             | 3,60    | 17,40       | 118,80                        |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                      | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                        |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 410          | 14,20            | 20,10   | 73,20       | 544,90                        |
| II Завтрак                                                                                                            |              |                  |         |             |                               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                           | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                         |
| Обед                                                                                                                  |              |                  |         |             |                               |
| Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10    | 4,40        | 21,40                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) № 86                                                                                | 180          | 1,60             | 2,10    | 12,10       | 73,60                         |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322                                                                                        | 70           | 12,84            | 11,60   | 13,30       | 209,30                        |
| МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219                                                                               | 130          | 4,90             | 7,90    | 29,60       | 211,90                        |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                    | 180          | 0,20             | 0,00    | 13,70       | 55,80                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                    | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                               | 30           | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 670          | 24,56            | 22,30   | 99,96       | 701,48                        |
| Полдник                                                                                                               |              |                  |         |             |                               |
| ПЕЧЕНЬЕ №9                                                                                                            | 50           | 3,80             | 4,90    | 37,20       | 208,50                        |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                                                                                                    | 180          | 3,00             | 2,50    | 15,60       | 97,60                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 230          | 6,80             | 7,40    | 52,80       | 306,10                        |
| Всего за день:                                                                                                        |              | 45,96            | 50,20   | 235,46      | 1598,08                       |

Повар

Т.В.Ветер