



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

А.И.Власова



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Союз-К»

Б.Г. Киселев

2025г.

Ежедневное меню

6 день «01» декабря 2025г.

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                                                                               |              |                  |         |             |                               |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ( МАННАЯ) №185                                                                                   | 200          | 6,1              | 2,9     | 31,0        | 173,8                         |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                   | 5            | 0,0              | 3,6     | 0,0         | 37,4                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                                                                       | 180          | 3,0              | 2,5     | 15,5        | 95,6                          |
| БАТОН № 5                                                                                                             | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 415          | 11,4             | 9,9     | 61,9        | 385,4                         |
| II Завтрак                                                                                                            |              |                  |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                     | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                          |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                          |
| Обед                                                                                                                  |              |                  |         |             |                               |
| Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                          |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67                                                                                 | 200          | 2,5              | 5,0     | 8,2         | 81,6                          |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390                                                                                   | 80           | 10,3             | 5,6     | 5,2         | 105,7                         |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125                                                                                               | 130          | 3,5              | 4,5     | 22,9        | 132,3                         |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                                                                        | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                        | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                           | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 700          | 21,4             | 15,7    | 82,5        | 529,0                         |
| Полдник                                                                                                               |              |                  |         |             |                               |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                                                                               | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392                                                                                                    | 190          | 0,1              | 0,0     | 14,3        | 57,0                          |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 250          | 3,9              | 4,9     | 51,5        | 265,5                         |
| Всего за день: 124,39 руб.                                                                                            |              | 37,5             | 30,7    | 210,6       | 1 242,5                       |

Повар \_\_\_\_\_ Н.А.Суханова